

SERVICE sur place et en vente à emporter :

du Lundi au Samedi : le midi de 11h45 à 14h30 (dernière commande 14h00),
le soir en semaine : dernière commande au resto : 22h00, au bar : 22h30,
le samedi soir : dernière commande au resto : 20h00, au bar : 20h30,
les dimanches et jours fériés : voir l'offre en salle.



KERN'UP

Escalade - Restaurant

FORMULE DU CHEF.....18,00 €

Plat du Jour

+ Boisson (eau 33cl ou 50cl, soda, Lorina,
verre de vin, pression 25cl)

+ Dessert

ou café/thé gourmand (suppl. 0,90€)

FORMULE BURGER.....17,50 €

Burger & *Frites maison, pâtes, salade (au choix)*

+ Boisson (eau 33cl ou 50cl, soda, Lorina,
verre de vin, pression 25cl)

+ Dessert

ou café/thé gourmand (suppl. 0,90€)

FORMULE SALADE.....16,70 €

Salade

+ Boisson (eau 33cl ou 50cl, soda, Lorina,
verre de vin, pression 25cl)

+ Dessert

ou café/thé gourmand (suppl. 0,90€)

FORMULE ENFANT (jusqu'à 10 ans).....9,90€

Burger basiK, nuggets ou steak hâché
ou jambon blanc

& *Frites maison ou pâtes*

+ Boisson (eau+sirop)

+ Mister freeze ou compote

LA CARTE



PLATS CHAUDS

LE PLAT DU JOUR

DU LUNDI AU VENDREDI.....12,80€

Suivant les saisons et son inspiration, le chef vous prépare de délicieux plats du jour.

LA PIÈCE DU BOUCHER.....16,50€

Coeur de rumsteak, viande normande 180g.

PÂTES.....10,80€

Demandez la recette du moment !

LE STEAK HACHÉ DE BŒUF

FACON BOUCHÈRE.....8,40€

(Origine France 150g)

Le steak haché oeuf à cheval.....9,30€

LE STEAK VÉGÉ.....8,40€

(Galettes panées blé, fromage et épinards 100g)

LE BOL DE FRITES MAISON.....3,70€

*Nos viandes sont accompagnées, au choix, de **frites maison**, pâtes ou simplement de salade. Sauce émulsionnée froide : poivre, béarnaise ou barbecue.*

BURGERS

*Nos burgers sont accompagnés, au choix, de **frites maison**, pâtes ou simplement de salade.*

LE BASIK.....10,70€

Pain burger, ketchup, steak haché, Cheddar, tomates.

LE BIG'UP.....12,40€

Pain burger, sauce biggy, steak haché, Comté, coppa, tomates, confit d'oignons rouges, cornichons.

LE BURGER DU MOMENT.....12,40€

A découvrir selon l'inspiration du Chef !

LE BURGER (Sans accompagnement).....9,40€

OPTION AVEC BACON.....+1,10€

OPTION BURGER XL+3,50€

(double steak + fromage)

*Possibilité de changer le **steak haché de bœuf VBF** par des **aiguillettes de poulet pané** ou un **steak végétarien**.*



Plat végétarien

SALADES

LA CIZOEUR.....11,70€

Salade, tomates cerises, œuf dur, aiguillettes de poulet pané ou poulet poché, crispy bacon, parmesan AOP, croûtons, oignons frits. Sauce César.

LA RAGAZZA.....11,70€

Salade, pâtes, tomates cerises, billes de Mozzarella, jambon Serrano, pignons de pin. Sauce Pesto.

 -> Option : **sans jambon mais avec un œuf pour la rendre végétarienne !**

LA PESKA.....12,70€


Salade, pâtes fusilli, billes de Mozzarella, concombre, tomates cerises, saumon fumé. Sauce crème et ciboulette.

INGRÉDIENT SUPPLÉMENTAIRE.....+1,10€

LE BOL DE SALADE.....2,60€

PIZZAS


LA VÉGÉTARIENNE 2.0.....12,20€

 Base tomate, Mozzarella, champignons, oeuf, oignons rouges, olives vertes, tomates cerises, origan.

LA CHEVROTINE.....12,30€

Base crème, Mozzarella, jambon blanc, Chèvre, noix, miel, origan.

LA FROMAGÈRE.....12,40€

 Base crème, Mozzarella, Emmental, Chèvre, Bleu d'Auvergne AOP, oeuf, origan.

L'ANNASTHOR.....12,40€

Base tomate, Mozzarella, viande hachée, jaune d'oeuf, crème, origan.

LA FERMIÈRE.....12,80€

Base crème, Mozzarella, poulet poché, Reblochon AOP, champignons, oignons rouges, origan.

LA PEPPERONI.....12,90€

Base tomate, Mozzarella, pepperoni, tomates cerises, olives vertes, origan.

LA JAINKIM.....13,40€

Base crème, Mozzarella, saumon fumé, olives vertes, origan.

INGRÉDIENT SUPPLÉMENTAIRE.....+1,10€

Toutes nos pizzas (pâte faite maison) sont disponibles en base tomate ou crème fraîche.

CROQUES

LE KROQUE MONSIEUR
et sa salade verte.....10,70€
Pain de mie, crème fraîche, jambon blanc, Emmental,
Mozzarella, origan.

LE KROQUE MADAME
et sa salade verte.....11,50€
Pain de mie, crème fraîche, jambon blanc, Emmental,
Mozzarella, oeuf à cheval, origan.

Le Kroque Monsieur et ses frites maison....11,70€

Le Kroque Madame et ses frites maison.....12,50€

APÉROS

Pendant le temps du midi (12h/14h00), nous vous proposons **uniquement** la planche de saucisson, les aiguillettes de poulet panées et les sticks de Mozzarella.

LA PLANCHE GOURMANDE.....16,00€
(pour 3/4 personnes)
Charcuteries, fromages, 4 sticks de mozzarella,
4 aiguillettes de poulet, beurre, salade

LE CAMEMBERT RÔTI 9,00€
Servi avec son petit pot de miel et ses mouillettes

LA PLANCHE DE SAUCISSON SEC.....7,00€
(pour 2/3 personnes) Salaisons du Mont-Blanc 200g

LA PLANCHE D'AIGUILLETTES DE POULET
PANÉES (x6).....8,00€
Et son trio de sauces (x10).....12,50€

STICKS DE MOZZARELLA (x4).....3,50€
(x8).....6,50€

POUR LES ENFANTS

Assiette enfant.....7,40€
Nuggets ou Steak hâché ou Jambon blanc
& *Frites maison* ou pâtes (au choix)

Mister Freeze seul.....1,50€

Glace (en fonction arrivage)..... 2,80€
Découvrez les choix de l'été au bar.

DOUCEURS

CAFÉ OU THÉ GOURMAND.....5,80€

CHOCOLAT GOURMAND7,70€

DESSERT DU CHEF.....4,50€

DESSERTS3,90€

Tarte du moment

Moelleux au chocolat et sa crème anglaise

Crème dessert du moment

Supplément Chantilly.....+0,50€

GAUFRE

Nature ou sucrée 4,00€

Confiture, chocolat ou Nutella..... 4,50€

Chantilly ou amandes effilées +0,50€

COMPOTE DE POMMES avec morceaux....3,20€

FRUIT1,70€

Pomme, banane, orange



SOFTS

Eaux

BADOIT Rouge (33cl) ^{F/VAE}	2,80€
PERRIER (33cl) ^F	3,00€
ÉVIAN (50cl) ^F	3,00€
CRISTALINE (50cl) ^{F/VAE}	2,80€
SAN PE (50cl) ^F	3,00€
SAN PE (1l).....	5,90€
CRISTALINE (1,5l) ^{VAE}	3,20€
EAU + Sirop ^F	1,50€




Sodas et jus classiques

COCA-COLA, SANS SUCRES, CHERRY (33cl) ^{F/VAE}	3,00€
TROPICO Tropical (33cl) ^{F/VAE}	3,00€
FANTA Orange (33cl) ^{F/VAE}	3,00€
FUZETAE Thé Noir Pêche (33cl) ^{F/VAE}	3,00€
SPRITE (33cl) ^{F/VAE}	3,00€
LIMONADE « LORINA » (33cl) ^{F/VAE}	3,60€
JUS BIO COQ TOQUÉ (25cl) ^{VAE}	3,70€
PÉTILLANT GUINGUETTE (27,5cl) ^{VAE}	3,80€
Supplément sirop.....	+0,50€

Infusions glacées BIO

SYMPLES (33cl) ^{VAE}	4,30€
-------------------------------------	-------

Potions

-  Relaxante : Camomille, Verveine, Lavande et fruits rouges
-  Energisante : Thym, Romarin, Menthe poivrée et fruits jaunes
-  Détoxifiante : Sauge, Sureau, Stévia et fruits

SMOOTHIES

Pendant le temps du midi (12/14h30), nous vous proposons uniquement notre Jus d'orange frais pressé.

JUS D'ORANGE (25cl)	4,20€
Oranges fraîches pressées	
LE SANGUIN (25cl)	4,40€
Orange, fruits rouges, citron vert	
LE DÉVISSEUR (25cl)	4,40€
Orange, mangue, citron vert	
LE KERN-KONG (25cl)	4,40€
Orange, banane, fraise	
L'EXOTIQUE (25cl)	4,40€
Orange, mangue, fraise	

BOISSONS CHAUDES

EXPRESSO	1,60€
DOUBLE EXPRESSO	2,70€
NOISETTE.....	2,10€
LATTÉ	3,70€
CAPPUCCINO	3,70€
CHOCOLAT CHAUD	3,60€
THÉ (Dammann)	3,60€



^{VAE} Disponible pour la vente à emporter

^F Entre dans les formules

BIÈRES / CIDRE

Retrouvez
notre choix
de
pression
et
bouteilles
directement
au bar.

F Entre dans les formules

VINS

Rouge

Au verre (12,5cl)^F / Pichet (50cl)

AOP CÔTES DU RHÔNE.....2,90€ / 10,90€

(Bouteille 75 cl)

IGP PAYS D'OC.....17,90€

Merlot, Cabernet Sauvignon, J Moreau et fils

Blanc

KIR (cassis, pêche, cerise)(12,5cl)^F.....3,00€

Au verre (12,5cl)^F / Pichet (50cl)

AOP PETIT CHABLIS.....2,90€ / 10,90€

(Bouteille 37,5 cl)

IGP ANJOU.....11,90€

Domaine La Jalousie

(Bouteille 75 cl)

IGP PAYS D'OC.....17,90€

Albrières, Viognier

Rosé

Au verre (12,5cl)^F / Pichet (50cl)

AOP CÔTES DE PROVENCE...2,90€ / 10,90€

(Bouteille 37,5 cl)

AOP CHINON.....9,00€

Domaine La Jalousie

(Bouteille 75 cl)

AOC CÔTES DE PROVENCE.....17,90€

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.

A consommer avec modération.

La liste des allergènes est disponible en salle.

Prix nets, service compris.

Tickets restaurants acceptés.

Vente sur place, à emporter, traiteur.

 **KERN'UP**
Escalade - Restaurant

**POUR LES PLUS PRESSES,
KERN'UP VOUS PROPOSE
SES SANDWICHS :
A COMMANDER AVANT 12H00
OU SOUS RESERVE DES
QUANTITES DISPONIBLES**

LE FROM-PARIS.....5,90€
Pain au levain, beurre, jambon blanc, Tomme de Savoie IGP,
cornichons.

LE POUPOULE.....5,90€
Pain au levain, mayonnaise, poulet poché, tomates,
concombre, oeuf dur.

LE CRUDITÉ.....5,90€
Pain au levain, mayonnaise, tomates, concombre, oeuf dur,
Tomme de Savoie, salade.

FORMULE SANDWICH.....10,95 €
Sandwich
+ Boisson (Badoit Rouge 33cl, Cristaline 50cl, soda canette 33cl,
Lorina 33cl)
+ Dessert