



RESTAURANT
NATUREL & BIO
SICHEM

MOIS D'AVRIL

LES BIENFAITS DU CHAMPIGNON

- ✔ Pauvre en calories
- ✔ Riche en vitamines et minéraux
- ✔ Allié minceur
- ✔ Protège votre santé
- ✔ Antioxydant
- ✔ Renforce le système immunitaire
- ✔ Stimule le métabolisme
- ✔ Réduit le cholestérol
- ✔ Prévient de certains cancers



HEALTHY LIVING

**DU
M
E
N
E
M**



+ 228 92 67 74 34
+ 228 93 44 13 08,
+ 228 91 90 40 13



Ferme Sichem, Kpomé-Dzogblakopé

1- SALADES ET CRUDITES

- salade verte 1 000 F



2- GRILLADES/FRITURE

- 1/4 poulet 2 500 F
- 1/4 pintade 3 000 F +
- tilapia 3 500 F et plus
- porc (le plat) 3 000 F
- pinon,
- djinkoumé,
- couscous
- frite
- akpan



3- RIZ

- riz + sauce/ riz gras + poulet 2 500 F
- riz + sauce/ riz gras + pintade 3 000 F
- riz + sauce/ riz gras + poisson 3 500 F et plus
- riz + sauce/ riz gras + porc 3 000 F



4- PIZZA

- pizza au champignon 3 500 F



5- SPAGUETTI

- spaguetti à l'omelette 1 600 F
- spaguetti aux légumes 2 000 F
- spaguetti au champignon 2 000 F
- spaguetti au tofu (fromage de soja) 2 000 F
- spaguetti au poulet 2 500 F
- spaguetti pintade 3 000 F



6- PÂTE DE MAÏS + SAUCE

- sauce ademè (ademè , akpama, poisson fumé) 1 500 F
- sauce ademè (ademè , akpama, poisson fumé, crabe, viande de boeuf) 2 500 F
- sauce gboma /iboma (akpama, poisson fumé) 1 500 F



7- FOUFOU + SAUCE CLAIRE

- fofou + poulet 2 500 F
- fofou + pintade 3 000 F
- fofou + poisson 3 500 F
- fofou + tofu/ champignon 2 500 F



passer commande et manger !!!

