

Quesada BURRITOS & TACOS											
BURRITOS RÉGULIERS		CALORIES (KCAL)	LIPIDES TOTAUX (G)	LIPIDES SATURÉS (G)	GRAS TRANS (G)	CHOLESTÉROL (MG)	SEL (MG)	PROTÉINES (G)	GLUCIDES (G)	SUCRES (G)	FIBRE (G)
TORTILLAS	Tortilla 10" Blanche	210	6.0	2.5	0.0	0.0	430	6.0	33	2.0	0
	Tortilla 10" de Blé Entier	190	6.0	1.9	0.0	0.0	330	5.0	31	1.0	0
GARNITURES CHAUDES	Rz Brun	135	2.2	0.3	0.0	0.0	250	2.6	26	0.3	1
	Haricots Noirs	61	0.2	0.0	0.0	0.0	83	3.8	11	0.4	3
	Haricots Frits	61	0.3	0.1	0.0	0.0	9	4.3	13	0.4	3
	Queso	86	6.8	2.1	0.1	8.5	483	1.7	4	0.2	0
Légumes Rôtis	50	1.5	0.1	0.0	0.0	69	1.3	9	4.6	2	
PROTÉINES	Boeuf Barbacoa	130	7.9	3.6	0.3	42.6	293	14.3	1	0.7	0
	Haricots Noirs	70	0.2	0.1	0.0	0.0	97	4.4	13	0.4	3
	Poisson Chili-Lime	154	6.7	1.7	0.0	28.5	308	16.2	7	0.0	0
	Poulet Grillé sur le Feu	101	1.2	0.3	0.0	46.8	281	18.7	2	0.0	0
	Boeuf Hâché	153	9.7	3.7	0.8	28.9	338	9.3	2	0.8	0
	Pork Al Pastor	119	6.9	2.2	0.1	31.3	332	8.8	4	0.6	1
	Refried Beans	77	0.3	0.1	0.0	0.0	10	4.7	14	0.5	4
	Légumes Rôtis	50	1.5	0.1	0.0	0.0	69	1.3	9	4.6	2
	Tofu Braisé Chipotle	44	1.9	0.1	0.0	0.0	181	4.4	3	0.6	1
	Poulet Épicé	105	4.1	3.8	0.1	46.8	104	16.1	1	0.3	1
GARNITURES FROIDES	Fromage Cheddar & Monterey Jack	79	4.4	4.2	0.2	20.1	151	4.9	0	0.0	0
	Coriandre	1	0.0	0.0	0.0	0.0	3	0.0	0	0.0	0
	Maïs	17	0.1	0.0	0.0	0.0	1	0.6	4	1.7	1
	Tomates en DèS	6	0.1	0.0	0.0	0.0	2	0.3	1	0.9	0
	Piments Jalapenos	2	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.1	1	0.4	0
	Laitue	3	0.0	0.0	0.0	0.0	2	0.2	1	0.4	0
	Oignon Mariné	12	0.0	0.0	0.0	0.0	307	0.2	3	2.2	0
	Oignon Rouge	7	0.0	0.0	0.0	0.0	1	0.2	2	0.8	0
	Chou Mexicaine	12	1.3	0.1	0.0	0.0	75	0.0	0	0.0	0
	Guacamole	46	4.1	0.6	0.0	0.0	84	0.6	3	0.1	2

Menu Complet - Informations Nutritionnelles											
Catégorie	Nom de l'Item	Nutriments Clés (par 100g)					Informations Complémentaires (par portion)				
		Calories (kcal)	Lipides Totaux (g)	Lipides Saturés (g)	Gras Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sel (mg)	Protéines (g)	Glucides (g)	Sucres (g)	Fibres (g)
SALSAS & SAUCES	Salsa Tomate Chipotle	7	0.1	0.0	0.0	0.0	110	0.3	2	1.0	0
	Salsa Verde	8	0.2	0.0	0.0	0.0	104	0.2	2	1.0	1
	Salsa Roja	10	0.2	0.0	0.0	0.0	159	0.5	2	1.0	1
	Mayo Chipotle	130	14.0	1.1	0.1	12.2	219	0.3	1	0.3	1
	Mayo Habanero	138	15.1	1.2	0.1	11.9	200	0.3	1	0.3	0
	Mayo Paprika (Végétalienne)	122	12.4	0.9	0.1	0.0	246	0.3	2	0.5	1
	Crème Sure Coriandre-Lime	43	3.4	2.1	0.0	12.9	26	0.9	2	0.9	0
	Crème Sûre	51	4.0	2.5	0.0	15.2	30	1.0	2	1.0	0
	Sauce Piquante Chipotle	3	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	1	0.2	0
	Sauce Piquante à l'Ail et Habanero	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0	0.1	0
	Sauce Piquante au Piment Fantôme	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0	0.1	0
	Sauce Piquante Ananas et Habanero	3	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	1	0.7	0
	Sauce Signature	33	4.0	2.2	0.0	14	275	2.2	0.5	2	1
	POUR LES BURRITOS, BOLS, 3 TACOS, QUESADILLAS ET NACHOS - FORMAT LARGE		Calories (kcal)	Lipides Totaux (g)	Lipides Saturés (g)	Gras Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sel (mg)	Protéines (g)	Glucides (g)	Sucres (g)
TORTILLAS & GOQUILLES DE TACOS	Tortilla 12" Blanche	304	8.6	3.6	0.0	0.0	621	8.6	48	2.5	0
	Tortilla 12" de Blé Entier	275	8.6	2.8	0.0	0.0	476	7.2	45	1.5	0
	Tortilla 6" Taco Mou (3)	275	7.0	2.0	0.0	0.0	517	7.0	48	3.0	0
	Taco de Maïs Croustillant (3)	239	11	2.0	0.0	0.0	5	3.0	32	0.0	0
	Croustilles de Tortilla (pour Nachos)	450	22.5	3.2	0.0	0.0	242	6.4	58	0.0	3.6
GARNITURES CHAUDES	Riz Brun (pour Burrito)	201	3.2	0.4	0.0	0.0	374	3.9	39	0.4	1.9
	Riz Brun (pour Bowl)	403	6.4	0.8	0.0	0.0	747	7.7	78	0.8	3.8
	Haricots Noirs	90	0.3	0.1	0.0	0.0	124	5.6	17	0.6	4.2
	Haricots Frits	105	0.5	0.1	0.0	0.0	14	6.4	19	0.7	4.8
	Queso	86	6.8	2.1	0.1	8.5	483	1.7	4	0.2	0,1
	Légumes Rôtis	74	2.2	0.2	0.0	0.0	103	1.9	13	6.8	3.5
PROTÉINES	Boeuf Barbacoa	194	11.8	5.3	0.4	63.6	438	21.3	2	1.1	0.4
	Haricots Noirs	105	0.3	0.1	0.0	0.0	145	6.5	20	0.7	4.9
	Poissson Chili-Lime	203	9.9	2.6	0.0	42.6	460	24.1	11	0.0	0.0
	Poulet Grillé sur le Feu	151	1.7	0.5	0.0	69.8	419	27.9	3	1.2	0.7

Menu Nutritionnel - Plateau Mexicain											
Section 1: Protéines											
Nom de l'ingrédient	Nutriments (par 100g)			Quantité (g)			Total				
	Calories	Protéines (g)	Glucides (g)	Calories	Protéines (g)	Glucides (g)	Calories	Protéines (g)	Glucides (g)	Fibres (g)	Gras (g)
PROTÉINES	Boeuf Hachée	228	14.4	5.5	1.2	43.2	504	13.9	3	1.2	0.7
	Pork Al Pastor	178	10.3	3.3	0.1	46.8	495	13.1	7	0.9	0.9
	Haricots Frits	116	0.5	0.1	0.0	0.0	15	7.0	21	0.7	5.3
	Légumes Rôtis	74	2.2	0.2	0.0	0.0	103	1.9	13	6.8	3.5
	Tofu Braisé Chipotle	65	2.8	0.2	0.0	0.0	270	6.5	5	0.9	0.9
	Poulet Épicé	157	6.1	5.7	0.1	69.9	156	24.0	2	0.4	1.1
GARNITURES FROIDES	Fromage Cheddar & Monterey Jack (pourr Burritos, Bols, Tacos)	118	9.9	6.2	0.3	29.9	225	7.3	0	0.0	0.0
	Fromage Cheddar & Monterey Jack (pour Quesadillas)	157	13.2	0.0	0.4	39.9	300	9.7	0	0.0	0.0
	Fromage Cheddar & Monterey Jack (pour Nachos)	236	19.8	12.5	0.6	59.9	450	14.6	0	0.1	0.0
	Coriandre	2	0.0	0.0	0.0	0.0	4	0.0	0	0.0	0.0
	Maïs	25	0.2	0.1	0.0	0.0	1	0.9	6	2.6	0.8
	Tomates en Dés	9	0.1	0.0	0.0	0.0	3	0.4	2	1.3	0.6
	Jalapeno	4	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.1	1	0.5	0.4
	Laitue	4	0.0	0.0	0.0	0.0	3	0.3	1	0.6	0.3
	Oignon Mariné	19	0.0	0.0	0.0	0.0	459	0.3	5	3.3	0.4
	Oignon Rouge	11	0.0	0.0	0.0	0.0	1	0.3	2	1.1	0.5
	Chou Mexicaine	17	1.9	0.1	0.0	0.0	111	0.0	0	0.0	0.0
	Guacamole	46	4.1	0.6	0.0	0.0	84	0.6	3	0.1	1.9
SALSAS & SAUCES	Salsa Tomate Chipotle	10	0.1	0.0	0.0	0.0	164	0.5	2	1.5	0.7
	Salsa Verde	12	0.3	0.0	0.0	0.0	155	0.4	2	1.5	0.7
	Salsa Roja	16	0.2	0.0	0.0	0.0	238	0.7	3	1.5	1.1
	Mayo Chipotle	193	21.0	1.6	0.1	18.1	326	0.4	2	0.4	0.8
	Mayo Habanero	206	22.6	1.8	0.1	17.7	298	0.4	1	0.4	0.0
	Mayo Paprika (Végétalienne)	181	18.5	1.4	0.1	0.0	367	0.4	3	0.8	0.8
	Crème Sûre Coriandre-Lime	65	5.1	3.2	0.0	19.2	39	1.3	3	1.3	0.0
	Crème Sûre	76	6.0	3.8	0.0	22.7	45	1.5	3	1.5	0.0
	Sauce Piquante Chipotle	5	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	1	0.3	0.0
	Sauce Piquante à l'Ail et Habanero	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	1	0.1	0.0
	Sauce Piquante au Piment Fantôme	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	1	0.1	0.0
	Sauce Piquante Ananas et Habanero	5	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	1	0.1	0.0
Sauce Signature	45	6.0	3.3	0.0	21	412	3.3	0.75	3	1,5	

Pour les Méchants Gros Burritos		Calories (kcal)	Lipides Totaux (g)	Lipides Saturés (g)	Gras Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sel (mg)	Protéines (g)	Glucides (g)	Sucres (g)	Fibre (g)
Tortillas	Tortilla 13.5" Blanche	613	18.3	6.3	0.0	0.0	1079	13.3	97	1.7	0
Garnitures Chaudes	Riz Brun	334	5.3	0.7	0.0	0.0	620	6.4	65	0.6	3.17
	Haricots Noirs	150	0.4	0.1	0.0	0.0	207	9.3	28	1.0	7.02
	Haricots Frits	174	0.8	0.1	0.0	0.0	23	10.6	32	1.1	7.98
	Queso	86	6.8	2.1	0.1	8.5	483	1.7	4	0.2	0.1
	Légumes Rôtis	123	3.7	0.4	0.0	0.0	171	3.1	21	11.3	5.82
Protéines	Boef Barbacoa	323	19.6	8.8	0.7	150.6	726	35.3	3	1.8	0.61
	Haricots Noirs	174	0.5	0.1	0.0	0.0	240	10.8	33	1.1	8.16
	Poisson Chile Lime	382	16.5	4.2	0.0	70.7	764	40.1	18	0.0	0.00
	Poulet Grillé sur le Feu	251	2.9	0.8	0.0	115.9	696	46.4	6	0.0	0.00
	Boeuf Haché	378	24.0	9.2	2.0	71.7	837	23.1	5	2.0	1.12
	Pork Al Pastor	295	17.1	5.4	0.2	77.6	822	21.7	11	1.6	1.55
	Haricots Frits	192	0.9	0.2	0.0	0.0	25	11.6	35	1.2	8.78
	Légumes Rôtis	123	3.7	0.4	0.0	0.0	171	3.1	21	11.3	5.82
	Tofu Braisé Chipotle	109	4.7	0.3	0.0	0.0	449	10.9	8	1.6	1.55
	Poulet Épicé	260	10.1	9.4	0.1	116.1	259	39.8	4	0.6	1.75
Garnitures Froides	Fromage Cheddar & Monterey	196	10.7	10.4	0.5	49.7	374	12.1	0	0.1	0.00
	Coriandre	3	0.0	0.0	0.0	0.0	7	0.0	0	0.0	0.00
	Mais	41	0.4	0.1	0.0	0.0	1	1.4	10	4.3	1.36
	Tomate Coupées en DèS	15	0.2	0.0	0.0	0.0	4	0.7	3	2.2	1.00
	Jalapeno	6	0.1	0.0	0.0	0.0	1	0.2	1	0.9	0.59
	Laitue	7	0.1	0.0	0.0	0.0	5	0.4	1	0.9	0.56
	Oignon Mariné	31	0.0	0.0	0.0	0.0	762	0.5	8	5.4	0.70
	Oignon Rouge	18	0.0	0.1	0.0	0.0	2	0.5	4	1.9	0.75
	Chou Mexicaine	29	3.2	0.2	0.0	0.0	185	0.0	0	0.0	0.05
Guacamole	46	4.1	0.6	0.0	0.0	84	0.6	3	0.1	1.9	

Menu - Produits Pré-construits											
Produit	Description	Nutriments (par portion)					Informations Nutritionnelles (par portion)				
		Kcal	Protéines (g)	Glucides (g)	Lipides (g)	Fibres (g)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Glucides (g)	Lipides (g)	Fibres (g)
SALSAS & SAUCES	Sauce TOMate Chipotle	17	0.2	0.0	0.0	0.0	272	0.8	4	2.4	1.14
	Salsa Verde	21	0.6	0.1	0.0	0.0	257	0,6	4	2.5	1.24
	Salsa Roja	26	0.4	0.0	0.0	0.0	395	1.2	5	2.5	1.75
	Mayo Chipotle	321	34.8	2.7	0.1	30.1	542	0.7	3	0.7	0.0
	Mayo Habanero	341	37.5	3.0	0.1	29.4	494	0.7	1	0.7	0.0
	Mayo Paprika (Vgéétalien)	301	30.8	2.3	0.1	0.0	609	0.7	5	1.3	1.34
	Crème Sûre Coriandre-Lime	108	8.5	5.3	0.0	31.8	65	2.1	5	2.2	0.02
	Crème Sûre	126	10.0	6.3	0.0	37.7	75	2.5	5	2.5	0.0
	Sauce Piquante Chipotle	8	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	1	0.5	0.0
	Sauce Piquante à l'Ail Habanero	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.1	1	0.2	0.0
	SaucePiquante au Piment Fantôme	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.3	1	0.2	0.0
	Sauce Piquante à l'Ananas et Habanero	8	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.3	2	1.6	0.0
	Sauce Signature	78	10	5.5	0.0	35	687	5.5	1.25	5	2.5
	PRÉ-CONSTRUIT POULET ÉRABLE CHIPOTLE		KCALORIES (KCAL)	LIPIDES TOTAUX (G)	LIPIDES SATURÉS (G)	GRAS TRANS (G)	CHOLESTÉROL (MG)	SEL (MG)	PROTÉINES (G)	GLUCIDES (G)	SUCRES (G)
PRÉ-CONSTRUIT POULET ÉRABLE CHIPOTLE	Petit Burrito	850	35	11	0.0	65	1840	1.1	109	34	7
	Classique Burrito	1250	51	16	0.0	95	2640	0.7	161	50	11
	Grand Méchant Burrito	1970	81	25	0.0	160	4170	0.5	250	81	18
	Burrito Bol	1170	46	13	0.0	95	2480	0.9	154	49	13
	3 Tacos	920	47	14	0.0	95	1850	1.7	99	49	6
POULET - PORTION DE VIANDE SEULEMENT	Pour 1 Taco	90	2.5	1.5	0.0	15	105	6	15	13	0
	Pour un Petiti Burrito	180	2.5	2.5	0.0	30	210	11	29	27	0
	Bol	270	4	4	0.0	45	320	17	44	40	0
	3 Tacos	270	4	4	0.0	45	320	17	44	40	0
	Quesadilla	270	4	4	0.0	45	320	17	44	40	0
	Nachos	270	4	4	0.0	45	320	17	44	40	0
	Pour un Gros Méchant Burrito	440	7	6	0.0	80	530	28	73	67	1
	Sauce Érable Chipotle - 2 oz Pot	150	0	0	0.0	0.0	190	0	39	36	0

À CÔTÉ, MENU ENFANT, DESSERTS		CALORIES (KCAL.)	LIPIDES TOTAUX (G)	LIPIDES SATURÉS (G)	GRAS TRANS (G)	CHOLESTÉROL (MG)	SSEL (MG)	PROTÉINES (G)	GLUCIDES (G)	SUGRES (G)	FIBRE(G)
À CÔTÉ - PETIT 2 OZ	Guacamole	91	8.2	1.1	0.0	0.0	167	1.1	5	0.2	3.8
	Chipotle Tomato Salsa	14	0.2	0.0	0.0	0.0	218	0.7	3	1.9	0.9
	Salsa Verde	17	0.5	0.1	0.0	0.0	206	0.5	3	2.0	1.0
	Salsa Roja	21	0.3	0.0	0.0	0.0	317	0.9	4	2.0	1.4
	Queso	86	6.8	2.1	0.1	8.5	483	1.7	4	0.2	0.1
	Sour Cream	101	8.0	5.0	0.0	30.3	61	2.0	4	2.0	0.0
	Tortilla Chips	300	15.0	2.2	0.0	0.0	161	4.3	38	0.0	2.4
À CÔTÉ - LARGE 4 OZ	Guacamole	183	16.4	2.3	0.0	0.0	334	2.3	10	0.4	7.6
	Chipotle Tomato Salsa	28	0.3	0.0	0.0	0.0	437	1.3	6	3.9	1.8
	Salsa Verde	33	0.9	0.1	0.0	0.0	413	1.0	6	4.1	2.0
	Salsa Roja	42	0.6	0.1	0.0	0.0	634	1.9	9	4.0	2.8
	Queso	172	13.6	4.3	0.2	17.0	967	3.3	7	0.3	0.1
	Sour Cream	202	16.1	10.0	0.0	60.5	121	4.0	8	4.0	0.0
	Tortilla Chips	600	30.0	4.3	0.0	0.0	323	8.5	77	0.0	4.8
MENU ENFANT	Mini Burrito	192	5.6	2.4	0.1	25.6	441	12.8	23	3.0	1.4
	Mini Quesadilla	170	5.5	2.4	0.1	25.6	421	11.7	19	2.3	0.5
	Cheese Rollup	167	5.5	2.4	0.1	25.6	420	11.5	18	1.9	0.3
DESSERTS	Churros x 2	220	10.0	1.0	0.0	0.0	180	4.0	26	1.0	0.0
	Caramel x 1	74	1.6	0.5	0.0	0.0	26	0.2	16	9.5	0.0
	Nutella x 1	85	5.3	2.1	0.0	0.2	5	1.1	1	8.5	0.0
	Cookie - Chocolate Chip	294	13.7	7.2	0.0	15.6	200	3.0	39	22.2	1.8
	Cookie - Oatmeal Raisin	263	9.0	3.6	0.0	10.5	147	3.2	40	22.1	2.1