

ENTREES – STARTERS

Maïs Grillés - Grill Corn On The Cob	16,00 €
Assiette de Nems - Spring Rolls	19,00 €
Carpaccio de Bœuf - Beef Carpaccio	21,00 €
Tomates Anciennes, Stracciatella, Huile d'Olive et Basilic - Stracciatella, Tomatoes With Basilic	21,00 €
Salade de Poulet Thaï (Poulet, Choux Chinois, Carottes, Cebettes, Coriandre, Gingembre, Soja)	
Thaï Chicken Salad (Crispy Chiken, Chinese Cabbage, Carrot, Spring Onions, Coriander, Ginger, Soya Beans)	23,00 €
Salade Caesar (Salade, Poulet Croustillant, Parmesan, Deuf, Croutons)	23,00 €
Salade de Poulpe - Octopus Salad	25,00 €
Salade de Thon à la Nicoise - (Salade, Poivron Mariné, Anchoïde, Thon Snacké)	
Tuna Salad "Nicoise Salad" (Green Salad, Tuna, Anchoïde, Marined Peppers)	25,00 €
Poke Bowl (Quinoa, Légumes Crus, Saumon Fumé, Comcombre, Mangue)	
Poke Bowl (Quinoa, Raw and Cooked Vegetables, Marinated Fish, Cucumber, Mango)	26,00 €
Sashimi de Thon - Tuna Sashimi	26,00 €

VIANDES - MEAT DISHES

Tartare de Bœuf, Frites - Steak Tartare And Fries	28,00 €
Tartare de Bœuf Poêlé, Frites - Flash Fried Steak Tartare And Fries	29,00 €
Escalope de Veau Milanaise - Milanese Veal Escalope	29,00 €
Wok de Poulet Thaï - Thaï Style Chicken Wok	31,00 €
Entrecôte Grillée - Grilled Entrecote	35,00 €
Entrecôte Au Poivre Concassée - Grilled Entrecote With Pepper Sauce	36,00 €
Filet de Bœuf Grillé - Fillet of Beef	38,00 €
Filet de Bœuf au Poivre Concassé - Fillet of Beef With Pepper Sauce	39,00 €
Pluma de Patanegra à la Plancha, Sauce Chimichurri	35,00 €

POISSONS - FISH

<i>Encornets à la Provençale - Encornets Provençal Style (Squid)</i>	33,00 €
<i>Dos de Cabillaud Rôti, Sauce Vierge - Filet Of Cod With Virgin Sauce</i>	35,00 €
<i>Thon Albacore juste Saisi, aux Tomates Confites et Balsamique - Tuna Steak With Tomato Confit And Balsamic</i>	39,00 €
<i>Gambas à la Persillade - Gambas Flambéed In Chopped Parsley And Garlic</i>	43,00 €
<i>Gambas Flambées au Pastis - Gambas Flambéed In Pastis</i>	44,00 €
<i>Poisson Grillé Loup ou Daurade (Selon arrivage) - Grilled Fish Of The Day (Subject To Availability)</i>	48,00 €
<i>Poisson pour 2 pers Loup ou Daurade (Selon arrivage) - Grilled Fish Of The Day For Two - (Subject To Availability)</i>	112,00 €
<i>Sole Meunière (env 500g) - Sole Meunière (around 500g)</i>	52,00 €
<i>Poulpe Snacké, Ecrasé de Pomme de Terre, Vinaigrette d'Herbes au Calamansi- Snack Octopus, mashed potato, Calamansi Herbe Vinaigrette</i>	46,00 €
<i>Bol de Frites - Serving Of Fries</i>	6,00 €

PATES - PASTA

<i>Trofie au Pesto - Trofie au Pesto</i>	23,00 €
<i>Linguines All Arrabiata - Linguines Arrabiata</i>	23,00 €
<i>Linguines aux Fruits de Mer - Seafood Linguines</i>	26,00 €
<i>Plat Enfant (Nuggets de Poulet ou Steak Haché ou Poisson + Garniture au Choix) - Children's Meals</i>	12,00 €

DESSERTS

<i>Dessert du Jour - Dessert Of The Day</i>	14,00 €
<i>Glaces - (Vanille, Café, Chocolat, Pistache, Coco, Rhum Raisin, Citron Vert, Passion, Fraises)</i>	12,00 €
<i>Fromage Blanc au Coulis de Framboises - Fromage Blanc With Raspberry Coulis</i>	11,00 €
<i>Tarte Tropézienne - Tropézienne Pie</i>	15,00 €
<i>Moelleux au Chocolat, Crème Anglaise - Chocolate Fondant, English Custard</i>	14,00 €
<i>Crème Brûlée - Crème Brulée</i>	14,00 €
<i>Tiramisu - Tiramisu</i>	14,00 €
<i>Coupe de Fraises - Cut Strawberries</i>	15,00 €
<i>Profiterolles</i>	15,00 €
<i>Timbale Meringuée aux Fruits Rouges - Meringue With Summer Fruits</i>	15,00 €
<i>Pain Perdu, Caramel Beurre Salé, Glace Vanille - French Toast, Salted Caramel, Vanilla Ice Cream</i>	15,00 €

VINS ROUGES AOC - RED WINES AOC

	50 cl	75 cl
<i>Réserve Cap 21 Bio- (AOC Côte de Provence)</i>	31,00 €	40,00 €
<i>Mont Redon - (Côte du Rhône AOC)</i>		45,00 €
<i>Domaine Siouvette - Marcel Galfard (2019)</i>		45,00 €
<i>Mercurey 1^{er} Cru La Levrière - Domaine Brintet</i>		69,00 €

VINS ROSES AOC - ROSE WINES AOC

	50 cl	75 cl	150 cl
<i>Réserve Cap 21 Bio- (AOC Côte de Provence)</i>	31,00 €	40,00 €	79,00 €
<i>Domaine des Campaux Bio- Réserve des Cannissons - (AOC Côte de Provence)</i>	34,00 €	45,00 €	89,00 €
<i>La Ferme des Lices Bio - (AOC Côte de Provence)</i>		46,00 €	
<i>Minuty - Prestige - (AOP Côte de Provence)</i>		45,00 €	89,00 €
<i>Château Minuty - Rosé Or - (AOP Côte de Provence)</i>		64,00 €	127,00 €
<i>Domaine Pascati Bio - La Panthère 2023 - (AOC Côte de Provence)</i>		69,00 €	

VINS BLANCS AOC - WHITE WINES AOC

	50 cl	75 cl	150 cl
<i>Réserve Cap 21 Bio- (AOC Côte de Provence)</i>	31,00 €	40,00 €	
<i>Domaine des Campaux Bio- Réserve des Cannissons - (AOC Côte de Provence)</i>	34,00 €	45,00 €	89,00 €
<i>Château de Pampelonne</i>		45,00 €	
<i>Minuty - Blanc Or - (Vin de Pays)</i>		64,00 €	
<i>Sancerre - (AOC)</i>		60,00 €	
<i>Montagny 1^{er} Cru - Les Barrets</i>		68,00 €	
<i>Pouilly Fuissé - Domaine Bois Rosier</i>		84,00 €	

CHAMPAGNES - CHAMPAGNES

	75 cl	150 cl
<i>Champagne 1^{er} Cru Paul Berthelot</i>	110,00 €	219,00 €
<i>Veuve Clicquot</i>	150,00 €	
<i>Ruinart Blanc de Blanc</i>	198,00 €	395,00 €
<i>Ruinart Rosé</i>	198,00 €	
<i>La Coupe (10 cl)- Flute</i>		14,00 €

BOISSONS CHAUDES - HOT DRINKS

<i>Café / Décaféiné - Coffee / Decaffeinated Coffee</i>	4,00 €
<i>Café Crème / Cappuccino - Coffee With Milk / Cappuccino</i>	6,00 €
<i>Thé / Verveine - Tea / Herbal Teas</i>	6,00 €

EAUX - MINERAL WATER

<i>Evian / Badoit (33 cl)</i>	6,00 €
<i>Evian / Badoit (100cl)</i>	9,00 €

PLAGE - THE BEACH

<i>Transat - Sunlounger With Mattress</i>	36,00 €
<i>Parasol - Parasol</i>	6,00 €

Un service de navette pour les bateaux est assuré par la plage.

A shuttle service is available for boats and can be arranged with beach staff at the welcome desk.

Prix Nets Service Compris

Liste des Allergènes à votre disposition

Et Suivez nous sur  [instagram.com/cap21lesmurenes.pampelonne](https://www.instagram.com/cap21lesmurenes.pampelonne)
et sur  [facebook.com/CAP21LesMurènes](https://www.facebook.com/CAP21LesMurènes)

Les chèques ne sont plus acceptés. *Cheques can unfortunately no longer be accepted*