SAISON
AUTOMNE 2026

dubble

healthy pour la vie

20 ANS dubble





papier 100% recyclé produit en France, ne pas jeter sur la voie publique.
© photos Sarah Sanchez

commandez en click & collect

vous pouvez commander en ligne votre déjeuner ! flashez ce code pour vous rendre sur la boutique en ligne ou rendez-vous directement sur

shop.dubble-food.com/la-defense-alto

Titres restaurants | Carte bancaire | Chèque | Espèces

dubble la défense alto
01 49 00 04 60

du lundi au vendredi de 8h à 16h
Parvis de la Tour Alto, La Défense
2 Place Zaha Hadid - 92400 Courbevoie

dubble MEETING
deliveroo
click & collect

MENU SALAD BOWLS 14,95€

1 bowl au choix + 1 dessert au choix + 1 boisson* au choix

LES SALAD BOWLS

nouilles soba, saumon frais, boule de chou rouge à la japonaise, sauce soja, mix marin croquant 9,10€

quinoa au dukkah, légumes rôtis potiron-carottes-betterave-champignons, mâche (v) 9,10€

riz aux herbes (ciboulette/coriandre/persil), raisins secs, dés de céleri et pomme granny, salade de poulet au curry 9,10€

carottes râpées, avocat, betterave râpée, pois chiches au dukkah, patate douce rôtie, semoule de brocolis, granola salé spicy (v) 9,10€

salad bowl XL :
fusilli, pois chiches, piquillos, feta, graines de courge, mix grec dubble (v) 10,50€ (+1€)

salad bowl XL légumineuses :
mélange lentilles vertes & corail, saumon frais, saumon fumé, boules de cream cheese au mix marin croquant, œuf poché, épinards, ciboulette 12,50€ (+1€)

MENU HOT BOWLS 15,10€

1 hot bowl au choix + 1 dessert au choix + 1 boisson* au choix

LES HOT BOWLS DU JOUR

des plats chauds à base de céréales ou de pâtes et de légumes

le hot bowl du jour
le hot bowl au poulet 9,95€ le hot bowl au poisson 10,60€ (+1€)

le hot bowl (v) ou (v) du jour
une recette végétarienne ou vegan différente chaque jour 9,80€



PROTEIN+ à partir de 1,80€
des suppléments protéines !
œuf, poulet, fromage, saumon, et une petite box emmental-œuf-amandes pour un encas protéiné et healthy !

MENU TOASTÉS & WRAPS 13,00€

1 toasté + 1 dessert au choix + 1 boisson* au choix

LES TOASTÉS DE LA SEMAINE

chaque semaine, des recettes de wrap et de focaccia toastés différentes

la focaccia toastée de la semaine 7,70€

le wrap toasté de la semaine 6,95€

LES TOASTÉS *SIGNATURE*

HAM & CHEESE :
jambon, emmental, beurre 6,70€

LOVAVOCADO® :
purée d'avocat au citron vert & piment, avocat, sésame noir, mix lovavocado dubble (v) 6,70€

LES POKE BOWLS

riz, saumon, avocat, concombre, oignon rouge, furikake dubble 13,00€

le poke bowl en format mini 6,00€

LA SOUPE

la soupe de légumes maison du jour, 30cl (v) 5,00€

LES PETITES SALADES

carottes râpées au citron vert et à la coriandre (v) 3,70€

mélange lentilles vertes & corail, boule de cream cheese au mix marin croquant, ciboulette (v) 4,00€

quinoa au dukkah dubble, betterave rôtie, feta, noisettes grillées (v) 4,00€

tartare de saumon à la japonaise, chou rouge, sésame noir 4,00€

LES MINI SANDWICHES

pain brioché, poulet effiloché, avocat, mix lovavocado dubble 3,90€

pain noir aux céréales, chou rouge à la japonaise, saumon fumé 4,30€

LES MUFFINS TOASTÉS

muffin ham & cheese : jambon, emmental, beurre 4,90€

muffin tomme de brebis, jambon cru, piquillos 4,90€

muffin carottes rôties, chèvre, noisettes grillées (v) 4,90€

LES SUPERFOOD DESSERTS

yaourt grec, fruits frais, granola maison 6,80€ (+2€)

salade de fruits frais XXL (v) 6,80€ (+2€)

LES DESSERTS

salade de fruits frais (v) 4,00€

yaourt grec, granola maison 4,70€

yaourt grec fouetté & génoise maison, banane, purée de banane, peanut butter crunchy 4,90€

brassé noix de coco bio, mangue, noix de coco râpée, purée de mangue (v) 4,90€

skyr, noisettes grillées, sirop d'érable 4,90€

porridge overnight, crème de marron, poire rôtie (v) 4,90€

beauty bowl : mélange yaourt grec-purée d'açaï-banane, graines de chia, baies de goji, pollen 4,90€

matcha bowl : yaourt grec & thé matcha, fruits de saison 4,90€

gâteau maison 4,00€

crumble maison 4,00€

cookie maison 4,00€

LES BOISSONS

jus du jour 25cl, pressé sur place, sans sucre ajouté 3,90€

dubble drink citronnade maison 25cl 2,70€

dubble drink citronnade au matcha maison 25cl 2,90€

latte au matcha 25cl 4,20€

vittel, 50cl 2,50€

san pellegrino, 50cl 2,50€

canette dubble drink bio 25cl 3,90€ (+1,5€)

LES BOISSONS CHAUDES

café BIO 2,10€

thé BIO 3,00€

Nous travaillons avec des produits frais qui nous sont livrés quotidiennement. Il peut donc arriver que certains produits ne soient pas disponibles dans votre restaurant dubble la défense alto. Nous vous prions de nous en excuser par avance. La liste des allergènes est disponible en caisse.
Les épices dubble sont des mélanges, la composition exacte de chaque mélange est disponible en restaurant et sur www.dubble-food.com/mix-epices

(v) *végétarien* (v) *vegan* (€) *supplément au menu*

**jus ou dubble drinks 25cl, eaux 50cl, autres boissons 33cl*

Préparé sur place

taxes et service compris