

Pita Pit

yogen früz

Vous allez adorer le goût!

smoothies

yogourt probiotique
ou sorbet sans
produits laitiers

(P) (G)

fraises et banane

130 / 250 cal

fraises, banane,
jus d'orange

avalanche de petits fruits

120 / 240 cal

fraises, bleuets,
framboises, jus de
canneberge



cocktail pêche et fraises

120 / 220 cal

fraises, pêche, jus
de canneberge

tempête tropicale

140 / 280 cal

mangue, ananas,
banane, jus d'orange



choco-banane

210 / 400 cal

yogourt glacé
au chocolat,
banane, lait



Les adultes et les jeunes (13 ans et plus) ont besoin, en moyenne, de 2 000 calories par jour et les enfants (4 à 12 ans) ont besoin, en moyenne, de 1 500 calories par jour. Cependant, les besoins individuels varient.

Sur place ou pour emportez, Appelez-nous.

CONSULTEZ NOTRE MENU COMPLET SUR PITAPIT.CA/FR/MENU
TROUVEZ UN PITA PIT PRÈS DE CHEZ VOUS SUR PITAPIT.CA/FR/EMPLACEMENTS

Pita Pit

Menu

MENU ET CALORIES MIS À JOUR

LE 20 AVRIL 2021

 /PITAPITCANADAFR

CHOISISSEZ-LE...

ROULÉ
dans un pita



POULET CÉSAR
500 CAL TEL QU'ILLUSTRÉ

OU

en
SALADE
AVEC DES
légumes frais



SALADE AU POULET
280 CAL TEL QU'ILLUSTRÉE

OU

dans un
Bol
SUR UN LIT DE
RIZ



BOL HALLOUMI ET FALAFEL
530 CAL TEL QU'ILLUSTRÉ

LES ADULTES ET LES JEUNES (13 ANS ET PLUS) ONT BESOIN, EN MOYENNE, DE 2 000 CALORIES
PAR JOUR ET LES ENFANTS (4 À 12 ANS) ONT BESOIN, EN MOYENNE, DE 1 500 CALORIES PAR JOUR.
CEPENDANT, LES BESOINS INDIVIDUELS VARIENT.

Vous voulez plus d'information?

POUR CONNAÎTRE LES PRIX ACTUELS, VEUILLEZ CONTACTER LE RESTAURANT. POUR OBTENIR
LES DERNIÈRES INFORMATIONS SUR LA NUTRITION ET LES ALLERGÈNES, VISITEZ PITAPIT.CA/FR
ET TÉLÉCHARGEZ LE PDF. POUR NOTRE MENU TRAITEUR, VISITEZ PITAPIT.CA/FR/TRAITEUR.

VOTRE CRÉATION

PAIN PITA, RIZ, SAUCES ET GARNITURES ADDITIONNELLES NON INCLUSES DANS LE COMPTE DE CALORIES

1. CHOISISSEZ L'INGRÉDIENT PRINCIPAL.

✓ VÉGÉTALIAN

POULET
PETIT 60 CAL
GRAND 110 CAL

STEAK
PETIT 60 CAL
GRAND 120 CAL

POULET DU SUD-OUEST
PETIT 90 CAL
GRAND 170 CAL

POITRINE DE BŒUF
PETIT 100 CAL
GRAND 200 CAL

GYRO
PETIT 160 CAL
GRAND 320 CAL

BACON
PETIT 70 CAL
GRAND 140 CAL

POULET CÉSAR
PETIT 100 CAL
GRAND 190 CAL

HALLOUMI
PETIT 45 CAL
GRAND 90 CAL

POULET SOUVLAKI
PETIT 45 CAL
GRAND 90 CAL

HARICOTS NOIRS ✓
PETIT 80 CAL
GRAND 160 CAL

SHAWARMA AU POULET
PETIT 80 CAL
GRAND 160 CAL

FALAFEL ✓
PETIT 100 CAL
GRAND 190 CAL

POULET BUFFALO
PETIT 90 CAL
GRAND 170 CAL

CLUB DÉLI
PETIT 80 CAL
GRAND 150 CAL

DINDE DÉLI
PETIT 40 CAL
GRAND 80 CAL

JAMBON DÉLI
PETIT 50 CAL
GRAND 90 CAL

AJOUTEZ 130 CAL (PETIT) OU 180 CAL (GRAND) POUR UN PAIN PITA BLANC OU DE BLÉ ENTIER

2. CHOISISSEZ VOS GARNITURES PRÉFÉRÉES.

GERMES DE LUZERNE 4 À 10 CAL	OLIVES VERTES 10 À 15 CAL	PARMESAN 30 À 60 CAL
AVOCAT 45 À 70 CAL	POIVRON VERT 3 À 10 CAL	CORNICION 2 À 3 CAL
PIMENTS FORTS 2 À 3 CAL	HUMMUS 60 À 100 CAL	ANANAS 5 À 10 CAL
OLIVES NOIRES 15 À 25 CAL	LAITUE ICEBERG 2 À 4 CAL	LAITUE ROMAINE 3 À 5 CAL
CHEDDAR 120 CAL	JALAPEÑOS 2 À 4 CAL	ÉPINARDS 4 À 10 CAL
CONCOMBRE 2 À 4 CAL	CHAMPIGNONS 4 À 10 CAL	FROMAGE SUISSE 90 CAL
FROMAGE FÊTA 90 CAL	OIGNON 5 À 10 CAL	TOMATE 3 À 5 CAL

VOUS VOULEZ
DES EXTRAS?



EXTRA FROMAGE
AJOUTEZ
30 À 120 CAL



DOUBLE VIANDE
AJOUTEZ 40 À 320 CAL



EXTRA BACON
AJOUTEZ 70 CAL



PITA SANS
GLUTEN
AJOUTEZ
300 CAL



RIZ
AJOUTEZ
90 À 180 CAL

3. CHOISISSEZ VOS SAUCES ET ASSAISONNEMENTS.

AÏOLI À L'AIL 15 À 30 CAL
ANCHO CHIPOTLE 30 À 60 CAL
BALSAMIQUE 20 À 35 CAL
BBQ 15 À 30 CAL
CÉSAR 45 À 90 CAL
CITRON ET ZAATAR 10 À 20 CAL
DONAIR 15 À 30 CAL
MAYO ÉPICÉE 40 À 80 CAL
MAYO LÉGÈRE 20 À 40 CAL

MIEL ET AIL 20 À 35 CAL
MOUTARDE 0 CAL
MOUTARDE AU MIEL 20 À 35 CAL
PIQUANTE 5 À 10 CAL
RANCH 35 À 70 CAL
SPÉCIALE 50 À 100 CAL
THAÏ ÉPICÉE 20 À 40 CAL
TERIYAKI 15 À 25 CAL
TZATZIKI 20 À 40

SEL 0 CAL · POIVRE 0 CAL · AIL PLUS 0 CAL · TEX-MEX 0 CAL
CHIPOTLE ET MANGUE 0 CAL · GREC 0 CAL · JERK DES ANTILLES 0 CAL

N'OUBLIEZ PAS

4. COMPLÉTEZ AVEC VOTRE CHOIX DE :



CROUSTILLES
DE PITA
AJOUTEZ 320 CAL



2 BISCUITS
AJOUTEZ 320 À 340 CAL



BOISSONS
AJOUTEZ
0 À 260 CAL



CHIPS
AJOUTEZ
20 À 320 CAL

MENU POUR ENFANTS

LES ENFANTS DE MOINS DE 10 ANS ONT LE CHOIX D'UN PETIT PITA OU D'UN BOL DE RIZ* + UNE BOISSON POUR ENFANT (90 À 170 CAL) + UN BISCUIT (160 À 170 CAL).

POULET 190 CAL
JAMBON DÉLI 180 CAL
DINDE DÉLI 170 CAL
BACON 200 CAL
FROMAGE 250 CAL

ÉCHANGEZ VOTRE BOISSON
CONTRE UN PETIT SMOOTHIE*
AJOUTEZ 120 À 210 CAL



PITA AU POULET
POUR ENFANTS
350 CAL TEL QU'ILLUSTRÉ

AVALANCHE
DE PETITS
FRUITS
120 CAL TEL
QU'ILLUSTRÉ

*DES FRAIS SUPPLÉMENTAIRES
S'APPLIQUENT

LES ADULTES ET LES JEUNES (13 ANS ET PLUS) ONT BESOIN, EN MOYENNE, DE 2 000 CALORIES PAR JOUR ET LES ENFANTS (4 À 12 ANS) ONT BESOIN, EN MOYENNE, DE 1 500 CALORIES PAR JOUR. CEPENDANT, LES BESOINS INDIVIDUELS VARIENT.