



Avis à tous

Ce guide a été conçu au meilleur de nos connaissances en fonction de nos ingrédients, nos techniques de travail ainsi que les données fournies par nos fournisseurs. Les informations contenues dans ce guide sont à titre indicatif afin de servir au meilleur de nos capacités notre clientèle.

Lorsque nous sommes prévenus d'allergies alimentaires de la part d'un de nos clients, nous faisons de notre mieux pour accommoder celui-ci. Cependant, nous ne sommes pas à l'abri d'erreurs humaines entraînant des contaminations croisées, davantage considérant le nombre d'interventions nécessaires à la préparation de ces plats.

Ainsi, le Cosmos ne peut garantir à 100% l'absence d'allergènes dans aucun des items de son menu et recommande à ses clients de ne prendre aucun risque en cas de doute.

Il est possible que des ingrédients aient été modifiés depuis
la mise à jour du Répertoire Allergènes.

Mise à jour Août 2019

	Arachides	Noix	Graines de sésame	Produits laitiers	Œufs	Fruits de mer / Poisson	Soja	Sulfites	Moutarde	Blé (gluten)
--	-----------	------	-------------------	-------------------	------	-------------------------	------	----------	----------	--------------

FRUITÉS										
Céréales Muesli		✓		✓			✓			✓
Coupe de fruits yogourt				✓						
Coupe de fruit santé	Tr.	✓	Tr.	✓			Tr.	Tr.	Tr.	Tr.
Bol Végé*				✓	✓					
Bol Atlantique*	Tr.	✓	Tr.	✓	✓	✓	Tr.	Tr.	Tr.	Tr.
Œuf minceur *				✓	✓		✓			✓
Oasis			✓	✓	✓					✓
Pain doré Cosmos			Tr.	✓	✓		✓			✓
Crêpes gourmandes Cosmos				✓			Tr.			✓
Crêpe Divine				✓	✓		✓			✓
Crêpe Sublime				✓	✓		Tr.			✓
Sucré Salé	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Crêpe aux fruits frais	Tr.	✓	Tr.	✓	✓		Tr.	Tr.	Tr.	✓
Assiette Campagne	Tr.	Tr.	✓	✓	✓	F	✓	✓	Tr.	✓
DÉLICIES À L'ÉRABLE										
Crêpe Française érable				✓	✓					✓
Crêpes Gourmandes érable				✓						✓
Pain Doré érable			Tr.	✓	✓		✓			✓
ŒUFS										
Déjeuner affaire santé *	Tr.	✓	✓	✓	✓		✓	Tr.	Tr.	✓
Œufs saucisses *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Œuf bacon *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F
Œufs jambon *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F
Huevos Mexicanos *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F
Pizza Ensoleillée	F	F	F	✓	✓	✓	✓	✓	F	✓
Spécial Cosmos *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓

✓ : Allergène Tr : Traces F : Friture * Vérifier pain ** Vérifier l'accompagnement

	Arachides	Noix	Graines de sésame	Produits laitiers	Œufs	Fruits de mer / Poisson	Soja	Sulfites	Moutarde	Blé (gluten)
--	-----------	------	-------------------	-------------------	------	-------------------------	------	----------	----------	--------------

OMELETTES										
Omelette Champignons *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F
Omelette Suisse *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F
Om. Bacon & Monterey Jack*	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F
Omelette Jambon & Suisse *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F
Smoked Meat & Cheddar *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	✓	F
Omelette Vitalité *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F
BÉNÉS										
Œufs Bénédicins *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Œufs Deluxe *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Huevos Rancheros *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Œufs Romanoff *	F	F	F	✓	✓	✓	✓	✓	F	✓
Œufs Smoked Meat *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓
CASSOLETTES										
Cosmique *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Du Migrateur *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
DE NOS FOURNEAUX										
Gruau et rôties *				✓			✓	Tr.		✓
Sandwich fromage fondu	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓
Croissant jambon-fromage	Tr.	Tr.	Tr.	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓
Croque-Cosmos *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	✓	F
Bagel tomate /from. / bacon	F	F	✓	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Bagel saumon fumé	F	F	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	✓

✓ : Allergène Tr : Traces F : Friture * Vérifier pain ** Vérifier l'accompagnement

	Arachides	Noix	Graines de sésame	Produits laitiers	Œufs	Fruits de mer / Poisson	Soja	Sulfites	Moutarde	Blé (gluten)
--	-----------	------	-------------------	-------------------	------	-------------------------	------	----------	----------	--------------

GRILLE-PAIN & FOURNÉE										
Margarine				✓			✓			
Muffins anglais							✓			✓
Rôties pain blanc			Tr.				✓			✓
Rôties pain blé concassé			Tr.				✓			✓
Pain tranché aux céréales										✓
Rôties pain baguette		Tr.	Tr.				Tr.			✓
Rôties pain aux raisins			Tr.	✓	✓		✓			✓
Pain grains germés		Tr.	✓	Tr.	Tr.		Tr.		Tr.	✓
Pain sans gluten					✓					
Pain graines de lin bio		Tr.	Tr.	Tr.	Tr.		Tr.		Tr.	✓
Croissant au beurre	Tr.	Tr.	Tr.	✓	✓		Tr.	Tr.	Tr.	✓
Bagel grillé			✓		✓					✓
Bagel fromage crème			✓	✓	✓					✓
DÉJEUNERS ENFANT										
Pain Doré			Tr.	✓	✓		✓			✓
Crêpe Française				✓	✓					✓
Crêpe Divinette				✓	✓		✓			✓
Déjeuner Cosmique *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Omelette au fromage *	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	F

✓ : Allergène

Tr : Traces

F : Friture

* Vérifier pain

** Vérifier l'accompagnement

	Arachides	Noix	Graines de sésame	Produits laitiers	Œufs	Fruits de mer / Poisson	Soja	Sulfites	Moutarde	Blé (gluten)
--	-----------	------	-------------------	-------------------	------	-------------------------	------	----------	----------	--------------

ENTRÉES										
Salade César				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Salade Cosmos				✓	✓		✓	✓	✓	
Soupe oignon gratinée		Tr.	Tr.	✓			✓			✓
Rouleaux Impériaux	F	F	F	✓	✓	✓	✓	✓	F	✓
Ailes poulet douces	F	F	F	✓	✓	F	F	✓	✓	F
Ailes poulet Bison	F	F	F	✓	✓	F	F	✓	✓	F
Ailes poulet piquantes	F	F	F	✓	✓	F	F	✓	✓	F
Bâtonnets au fromage	F	F	✓	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Nacho Maison	F	F	F	✓	F	F	F	F	F	F
Nacho extra poulet Ming	F	F	F	✓	F	✓	✓	✓	F	✓
Nacho extra porc effiloché	F	F	F	✓	F	F	F	F	F	✓
Calmars frits	F	F	F	✓	✓	✓	✓	F	F	✓
Poêlée de champignons				✓				✓		✓
Tartare de saumon	F	Tr.	Tr.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Tartare de bœuf	F	Tr.	Tr.	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓
Tartare de thon	Tr.	✓	✓	✓	✓	✓	Tr.	✓	Tr.	✓
Rouleau Toscane	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
FRITES / ACCOMPAGNEMENTS										
Mayonnaise aux câpres					✓					
Mayonnaise au pesto		✓		✓	✓					
Mayonnaise au cari					✓					
Mayonnaise épicée					✓					
Frites maison	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F
Frites allumettes	F	F	F	F	F	F	✓	F	F	F
Poutine sauce régulière	F	F	F	✓	F	F	✓	F	✓	✓
Poutine sauce 3 poivres	F	F	F	✓	F	F	✓	✓	F	✓
Poutine Cochonne	F	F	F	✓	F	F	✓	F	✓	✓
Poutine Tennessee	F	F	F	✓	F	F	✓	✓	✓	✓
Poutine au canard & foie gras	F	F	F	✓	F	F	✓	✓	F	✓

✓ : Allergène Tr : Traces F : Friture * Vérifier pain ** Vérifier l'accompagnement

	Arachides	Noix	Graines de sésame	Produits laitiers	Œufs	Fruits de mer / Poisson	Soja	Sulfites	Moutarde	Blé (gluten)
--	-----------	------	-------------------	-------------------	------	-------------------------	------	----------	----------	--------------

Salade verte					✓			✓	✓	
Salade César				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Salade Cosmos				✓	✓		✓	✓	✓	
Salade de betteraves	F	F	F	✓	F	F	✓	✓	F	F
Riz							✓			✓
BURGERS										
Végétarien **	Tr.	✓	✓	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Pluton **				✓	✓		✓	✓	✓	✓
Tiercé **				✓	✓		✓			✓
Artisan **			✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓
Highland **	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓
SANDWICHS										
Sandwich Dinde fumée**		✓		✓	✓			✓		✓
Sandwich Brisket **				✓	✓			✓	✓	✓
Club sandwich**			Tr.	✓	✓		✓			✓
PIZZAS										
Dallas				✓	✓	✓	✓			✓
4 Étoiles				✓	✓	✓	✓			✓
Mama				✓	✓	✓	✓			✓
Jack BBQ				✓	✓	✓	✓		✓	✓
TARTARES										
Tartare de saumon	F	Tr.	Tr.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Tartare de bœuf	F	Tr.	Tr.	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓
Tartare de thon	Tr.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
SALADES										
Chinook	Tr.	✓	✓	✓	Tr.	✓	✓	✓	Tr.	✓
Empereur Ming	Tr.	✓	✓	✓	F	✓	✓	✓	Tr.	✓
Singapour		✓		✓	✓		✓	✓		✓
Malaisienne	F	✓	✓	✓	F	F	✓	✓	F	✓

✓ : Allergène Tr : Traces F : Friture * Vérifier pain ** Vérifier l'accompagnement

	Arachides	Noix	Graines de sésame	Produits laitiers	Œufs	Fruits de mer / Poisson	Soja	Sulfites	Moutarde	Blé (gluten)
--	-----------	------	-------------------	-------------------	------	-------------------------	------	----------	----------	--------------

Asiatique	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Tr.	✓
Poke bol tartare saumon	Tr.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Poke bol tartare thon	Tr.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Tr.	✓
Poke bol poulet Ming	Tr.	✓	✓	✓	F	✓	✓	✓	Tr.	✓
Poke de tofu mariné	Tr.	✓	✓	✓	✓	F	✓	✓	Tr.	✓

PÂTES

Pâte farfalle										✓
Pâtes fusilli										✓
Pâtes linguini										✓
Pâtes penne										✓
Pâtes spaghettini										✓
Pâtes tortellini				✓	✓					✓
Nouilles chinoises										✓
Della Casa				✓			✓	✓		✓
Milanaise				✓			✓	✓		✓
Pavarotti				✓	✓		✓	✓		✓
Traviata	Tr.	✓		✓			✓	✓		✓
Cosmos				✓	✓		✓	✓		✓
Scandinave				✓		✓	✓	✓		✓
Fruits mer sc. crème basilic				✓		✓	✓	✓		✓
Tri Pasta				✓	✓		✓	✓		✓

GRILLADES

Fish & Chips	F	F	F	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Demi Côtes levées**	F	F	F	F	F	F	✓	F	✓	F
Poulet Général Tao	F	F	F	✓	F	✓	✓	✓	Tr.	✓
Cuisse de canard confit	F	F	✓	✓	✓	F	✓	✓	F	✓
Saumon aigre-doux	F	F	F	✓	F	✓	✓	F	F	✓
Veau parmigiana Milanaise			✓	✓			✓	✓		✓
Veau parmigiana Pâtes pesto	Tr.	✓	✓	✓			✓	✓		✓
Veau parmigiana Della Casa			✓	✓			✓	✓		✓

✓ : Allergène Tr : Traces F : Friture * Vérifier pain ** Vérifier l'accompagnement

	Arachides	Noix	Graines de sésame	Produits laitiers	Œufs	Fruits de mer / Poisson	Soja	Sulfites	Moutarde	Blé (gluten)
--	-----------	------	-------------------	-------------------	------	-------------------------	------	----------	----------	--------------

Veau parmigiana Arrabiata			✓	✓			✓	✓		✓
Steak AAA contre-filet (vérifier choix sauce ci-bas)				✓					✓	
Filet mignon AA+ (vérifier choix sauce ci-bas)				✓					✓	
Sauce 3 poivre/Cosmos							✓	✓		✓
Sauce moutarde				✓				✓	✓	
Sauce Bordelaise							✓	✓		✓
Sauce champignons				✓			✓	✓		✓

MENU 25 ANS

Avocat & crevettes					✓	✓		✓		
Croque-Madame pain blanc**			Tr.	✓	✓		✓	✓		✓
Croque-Madame pain brun**			Tr.	✓	✓		✓	✓		✓
Croque-Madame baguette**		Tr.	Tr.	✓	✓		✓	✓		✓
Croque-Madame croissant**	Tr.	Tr.	Tr.	✓	✓		✓	✓	Tr.	✓
Burger Rico**				✓	✓		✓	✓	✓	✓
Panini Smoke Meat**				✓	✓		✓	✓	✓	✓
Salade Clef de Sol	F	F	F	✓	F	F	✓	✓	F	F
Salade Brazil	Tr.	✓	Tr.	✓	✓		Tr.	Tr.	Tr.	Tr.
Pizza Grizzly				✓	✓	✓	✓			✓
Poulet spatial	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓
Pâtes Shanghai				✓		✓	✓	✓		✓
Cannelloni au homard		Tr.		✓	✓	✓	✓	✓		✓

MENU ENFANT

Croquettes de poulet	F	F	F	F	F	F	✓	F	F	✓
Pizza pepperoni				✓	✓	✓	✓			✓
Spaghetti Cosmique				✓			✓	✓		✓
Saumon vapeur						✓				
Mini burger & frites	F	F	F	✓	✓	F	✓	✓	✓	✓

✓ : Allergène Tr : Traces F : Friture * Vérifier pain ** Vérifier l'accompagnement

	Arachides	Noix	Graines de sésame	Produits laitiers	Œufs	Fruits de mer / Poisson	Soja	Sulfites	Moutarde	Blé (gluten)
--	-----------	------	-------------------	-------------------	------	-------------------------	------	----------	----------	--------------

DESSERTS										
Mousse Tiramisu				✓	✓					✓
Choco-Praline		✓		✓	✓		✓			✓
Coffee Crisp		✓		✓	✓		✓			✓
Gâteau Cosmos		Tr.		✓			✓			Tr.
Crème brûlée				✓	✓					
Framboisier lime hibiscus		Tr.		✓	✓		✓	✓		✓
Citron basilic & pistache		✓		✓	✓		✓	✓		✓
Fromage érable & bleuet				✓	✓		✓			✓
Fondant au Chocolat		Tr.		✓	✓		✓			✓
Fromage Framboises				✓	✓		✓	✓		✓
Gâteau aux carottes		✓		✓	✓			✓		✓
Geyser		Tr.		✓	✓		✓			✓
Tarte au Chocolat		Tr.		✓	✓		✓			✓
Tarte Poire et Fromage		✓		✓	✓			✓		✓
Sucre fantasmagorique				✓	✓					✓

✓ : Allergène

Tr : Traces

F : Friture

* Vérifier pain

** Vérifier l'accompagnement