

LEON

COCKTAILS · SEAFOOD · BEACH VIBES



ÉTÉ 2025



COCKTAILS

LES SPRITZ

Aperol Spritz 14 cl 8.50 €
Aperol, Prosecco Riccadonna DOC, Perrier, orange fraîche

St-Germain Spritz 14 cl 9.50 €
Liqueur de fleurs de sureau St-Germain, Prosecco Riccadonna DOC, sirop de fleurs de sureau, Perrier, citron jaune, romarin frais

Limoncello Spritz 14 cl 8.50 €
Limoncello Walcher Bio, Prosecco Riccadonna DOC, Perrier, citron jaune

Les signatures

Berry Fizz 16 cl 8.90 €
Vodka Eristoff, Martini Bianco, Prosecco Riccadonna DOC, sirop de sucre de canne, fruits rouges, Perrier, jus de citron vert⁽²⁾, menthe fraîche

Pink Crush 14 cl 8.90 €
Gin Bombay Sapphire, sirop de pastèque, jus de citron vert⁽²⁾, Perrier, pastèque fraîche

Dirty Exotico 18 cl 8.90 €
Rhum Bacardi Carta Oro, nectar d'ananas⁽²⁾, boisson à la fraise⁽¹⁾, purée de noix de coco⁽¹⁾, jus de citron vert⁽²⁾

Passion Fruit Martini 10 cl 9.50 €
Vodka 42 Below, purée de fruit de la passion, jus de citron vert, sirop de vanille

LES CLASSIQUES

Mojito • Original ou Aux fruits 14 cl 8.90 €
Rhum Bacardi Carta Oro, Perrier, citron vert, sucre cassonade, menthe fraîche, sirop de sucre de canne ou purée de fruit de la passion⁽²⁾ ou de framboise⁽¹⁾

Sun on the Beach 18 cl 8.90 €
Vodka Eristoff, crème de pêche de vigne, nectar d'ananas⁽²⁾, boisson cranberry⁽²⁾

Piña Colada 16 cl 8.90 €
Rhum Bacardi Carta Oro, purée de noix de coco⁽¹⁾, nectar d'ananas⁽²⁾

Fisher's Mule 18 cl 8.90 €
Vodka Eristoff, jus de citron vert⁽²⁾, sirop de basilic, jus de pomme⁽²⁾, ginger beer La French, fruits rouges, menthe fraîche

Mocktails

(SANS ALCOOL)

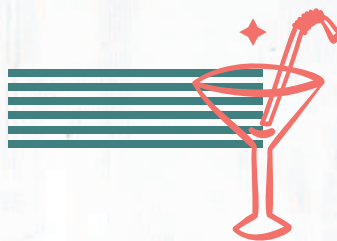
Exotico 20 cl 7.50 €
Nectar d'ananas⁽²⁾, boisson à la fraise⁽¹⁾, purée de noix de coco⁽¹⁾

Pastèque Power 14 cl 7.50 €
Distillat botanique Nolow, sirop de pastèque, jus de pomme⁽²⁾, jus de citron vert⁽²⁾, Perrier, pastèque fraîche

Virgin Fisher 18 cl 7.50 €
Jus de pomme⁽²⁾, jus de citron vert⁽²⁾, sirop de basilic, ginger beer La French, fruits rouges, menthe fraîche

Thé Glacé LÉON 18 cl 7.50 €
Thé Roiboos aux épices, sirop de citron, boisson cranberry⁽²⁾, jus de pomme⁽²⁾, jus de citron vert⁽²⁾

Virgin Mojito • Original ou Aux fruits 14 cl 7.50 €
Jus de pomme⁽²⁾, sucre cassonade, menthe fraîche, sirop de sucre de canne ou purée de fruit de la passion⁽²⁾ ou de framboise⁽¹⁾, Perrier, citron vert



• ENGLISH MENU •



FISH CARAFES

♥ À PARTAGER (70 cl)

ALCOOL

Berry Fizz 28.50 €
Vodka Eristoff, Martini Bianco, Prosecco Riccadonna DOC, sirop de sucre de canne, fruits rouges, Perrier, jus de citron vert⁽²⁾, menthe fraîche

SANS ALCOOL

Virgin Mojito Original 19.00 €
Jus de pomme⁽²⁾, sirop de sucre de canne, sucre cassonade, Perrier, citron vert, menthe fraîche

Pastèque Power 19.00 €
Distillat botanique Nolow, sirop de pastèque, jus de pomme⁽²⁾, jus de citron vert⁽²⁾, Perrier, pastèque fraîche

⁽¹⁾ Préparation à base de fruits. ⁽²⁾ À base de jus concentré. DOC : Dénomination d'Origine Contrôlée. Fish Carafes = Carafes en forme de poisson. Tous nos cocktails et mocktails sont élaborés à partir de sirops et préparations de fruits Mathieu Teisseire.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

BIÈRES

PRESSION

	25 cl	33 cl	50 cl
1664 (5.5°)	4.70 €	5.90 €	8.00 €
Grimbergen Blonde (6.7°)	5.60 €	6.90 €	8.90 €
Bière du Moment	6.20 €	7.50 €	9.50 €

BOUTEILLE 33CL

Grimbergen Rouge (5.5°)	7.00 €
Brooklyn Defender IPA (5.5°)	8.90 €
Ducasse Triple (9°)	7.90 €
1664 0.0 Sans alcool	6.00 €



POUR COMMENCER

Friture de petits poissons⁽¹⁾	5.50 €
Sauce tartare	
Rillettes de Thon⁽²⁾ ail & fines herbes	5.50 €
Mayonnaise sour cream, céleri	
Houmous	5.90 €
Chips tortillas, paprika fumé	
Fish croquettes	6.90 €
Saumon, églefin, ail	
Beignets de calamars	6.90 €
Sauce tartare	
Croquettes feta AOP	6.90 €
Courgette, sauce tomate basilic	
Crevettes roses	6.90 €
Mayonnaise	

♥ À PARTAGER

Fritto Misto	15.50 €
Beignets de calamars, friture de petits poissons ⁽¹⁾ , fish croquettes, sauce tartare	
Planche Summer	15.90 €
Croquettes feta AOP sauce tomate basilic, houmous, friture de petits poissons, sauce tartare	
Planche Seafood	16.50 €
Tartare de saumon, beignets de calamars, rillettes de thon ⁽²⁾ ail & fines herbes, sauce tartare	

⁽¹⁾ Poissons = Joëls. ⁽²⁾ Thon Listao. Plat végétarien. * Sauvignon IGP Pays d'Oc - 14 cl. Fish = poisson. Cheese = fromage. Seafood = fruit de mer. AOP : Appellation d'Origine Protégée. IGP : Indication Géographique Protégée.

LES MOULES

ACCOMPAGNÉES DE FRITES

XXL
+5 €

◦ COCOTTES ◦

Traditionnelle	15.50 €
Beurre demi-sel, céleri, échalotes, persil	
Marinière	15.80 €
Beurre demi-sel, échalotes, persil, vin blanc	
Curry Madras	17.60 €
Curry Madras, crème fraîche, beurre à l'ail, vin blanc	
LÉON	17.60 €
Crème fraîche, céleri, échalotes, vin blanc	
Feta Basilic	18.50 €
Dés de feta AOP, sauce tomate basilic, crème fraîche, courgette, ail confit, basilic frais	
Roquefort AOP	19.50 €
Roquefort AOP, crème fraîche, échalotes, vin blanc	

✦ GRATINÉES ✦

LÉON	16.90 €
Grana Padano AOP, Emmental, crème fraîche, échalotes confites, chapelure	
Provençale	18.90 €
Sauce tomate basilic, Grana Padano AOP, Emmental, beurre à l'ail, huile de basilic, chapelure, basilic frais	



Gratinée Provençale, Cocotte Feta Basilic

LES MOULES, C'EST DU SÉRIEUR



- 100% de nos moules sont livrées **FRAÎCHES**
- Sélection rigoureuse de nos moules auprès de **MYTILICULTEURS ENGAGÉS**
- Chaque cocotte est **CUISINÉE MINUTE** et rien que pour vous
- La fraîcheur de nos moules est contrôlée **DEUX FOIS PAR JOUR**

POISSONS



Pavé de saumon, Tartare de saumon, Dos de merlu méditerranéen

Dos de merlu méditerranéen	16.00 €
Dos de merlu PÊCHE DURABLE , poivrons, olives, sauce tomate basilic, sauce vierge, ail confit, basilic frais, riz pilaf	
Tartare de saumon	17.50 €
Concombre, pois maraîcher, oignon rouge, olives, échalotes confites, sauce vierge, frites	
Pavé de saumon	19.50 €
Pois maraîcher, fèves, pousses d'épinard, courgette, crème fraîche, sauce tomate basilic, ail confit	

SELON ARRIVAGE

Sole meunière	30.90 €
Accompagnement au choix, beurre citronné	

≡ Fish Burgers ≡

Cheesy LÉON	16.50 €
Beignets d'églefin PÊCHE FRANÇAISE , sauce cheddar, salade, oignons confits, sauce burger, frites	
Saumon	18.00 €
Escalope de saumon, tranches de concombre, courgette, salade, mayonnaise Léon & sour cream, frites	

• FISH & CHIPS •

PRÉPARÉS À LA COMMANDE
AVEC NOTRE TEMPURA SECRÈTE LÉON.

Calamar	16.00 €
Beignets de calamar, mayonnaise Léon, frites	
Original	17.50 €
Beignets d'églefin ➡ PÊCHE FRANÇAISE , sauce tartare, frites	
Bar	19.50 €
Beignets de bar ➡ PÊCHE DURABLE , mayonnaise Léon, frites	
Saumon	19.90 €
Beignets de saumon, sauce tartare, frites	

♥ À PARTAGER

Fish & Chips Platter (2 pers.)	32.00 €
Beignets d'églefin ➡ PÊCHE FRANÇAISE , beignets de saumon, beignets de calamar, sauce tartare, mayonnaise Léon, frites	



Fish Bar, Fish Platter



Linguine Seafood, Poulpe à l'espagnole, Poêlée de crevettes tomate

Léon's Specials

Poêlée de crevettes tomate	16.20 €
Crevettes, sauce tomate basilic, pesto, ail confit, crumble de Grana Padano AOP, riz pilaf	

Linguine Seafood	18.90 €
Linguine, moules, crevettes, courgette, tomates confites, poivrons, sauce tomate basilic, sauce vierge, beurre à l'ail, Grana Padano AOP, ail confit, basilic frais	

Paëlla LÉON	19.90 €
Moules, encornets, crevettes, Chorizo, poivrons, tomates cerises, fèves, ail, riz, ciboulette	

Poulpe à l'espagnole	27.90 €
Riz paëlla, sauce vierge, beurre à l'ail, oignons crispy, ciboulette	

Salades

Salade Caesar Poulet	15.60 €
Poulet croustillant, Grana Padano AOP, romaine, sauce caesar, croûtons OU CAESAR VEGGIE* (sauce vinaigrette miel paprika)	

Salade Caesar Saumon	16.50 €
Saumon, Grana Padano AOP, romaine, sauce caesar, croûtons	

Summer salad	16.50 €
Croquettes et dés de feta AOP, tomates confites, pois chiche, poivrons, pois maraîcher, concombre, oignon rouge, salade, échalotes confites, oignons crispy, menthe, vinaigrette miel paprika	

Salade de Chèvre chaud	17.20 €
Toasts au crottin de chèvre miel, bacon, tomates cerises, salade, oignons crispy, vinaigrette miel paprika	

Salade Tataki de Thon	19.80 €
Tataki de thon ⁽¹⁾ aux deux sésames, pois maraîcher, poivron rouge, courgette, salade, granola salé, ciboulette, vinaigrette miel paprika	



Salade Tataki de Thon, Summer salad



GARNITURE SEULE 4.00 €

Frites, pommes de terre grenaille,
légumes de saison, riz pilaf,
purée de pommes de terre, salade

VIANDES

Burger Crispy Chicken	15.50 €
Poulet croustillant, sauce cheddar, oignons confits, romaine, oignons crispy, sauce tartare, frites OU CRISPY VEGGIE*	

Burger Classique (env. 150 g)	16.00 €
Steak haché de bœuf, sauce cheddar, oignons confits, romaine, oignons crispy, sauce burger, cornichon aigre doux, frites	

Entrecôte (env. 250 g)	20.90 €
Sauce Roquefort AOP, frites	

⁽¹⁾ Thon Listao. ➡ Pêche Française. ➡ Pêche durable. AOP : Appellation d'Origine Protégée. * Avec suprême croustillant Happy Veggie. Fish = poisson. Cheese = fromage. Léon's Specials = Nos Spécialités.

Plat du jour



12.90 €

+ CAFÉ DOUCEUR 16.50 €

Le midi du lundi au vendredi (hors jours fériés)

(service express en 45 minutes)



MENU LÉON

21.60 €

MENU COMPLET : 26.60 €

Entrée + Plat + Boisson
ou
Plat + Dessert + Boisson



ENTRÉE AU CHOIX

Fish croquettes
Friture de petits poissons*
Houmous

PLAT AU CHOIX

Cocotte de moules Marinière, frites

Autre recette de Cocotte 3.00 €

Dos de merlu méditerranéen, riz

Fish & Chips Calamar

Burger Crispy Chicken OU CRISPY VEGGIE**, frites

DESSERT AU CHOIX

3 boules de crème glacée ou sorbet au choix

Gaufre + 1 topping au choix

Crème brûlée

Café Gourmand 1.50 €

BOISSON AU CHOIX

Bière 1664 25 cl, Vin au verre 14 cl

(Sauvignon, Grenache, Gamay),

Perrier Fines Bulles 50 cl, Vittel 50 cl,

Coca-Cola Original ou Sans Sucres ou Cherry 33 cl,

Orangina 25 cl, Oasis 25 cl, Sprite 25 cl,

Fuze Tea Pêche ou Citron vert menthe 25 cl

MENU MATELOT



8.90 €

JUSQU'À 12 ANS



PLAT + DESSERT + BOISSON

PLAT AU CHOIX

Petite cocotte de moules

avec ou sans crème

Fish & Chips églefin

PÊCHE FRANÇAISE

Poulet croustillant

Steak haché, pur bœuf

Suprême croustillant

HappyVore

Garnitures au choix :

Frites, pommes de terre grenaille, légumes de saison, riz pilaf, purée de pommes de terre, salade

DESSERT AU CHOIX

Champomy Gourmand

1/2 gaufre avec sauce chocolat

+ Champomy (10 cl)

Gaufre + topping au choix

Pirulo Tropical (glace à l'eau)

2 boules de crème glacée

ou sorbet au choix :

Vanille, fraise, chocolat,

citron, framboise

Compote de pomme Andros®

BOISSON AU CHOIX

Sirop à l'eau - 18 cl, Diabolo - 18 cl,

Coca-Cola sans sucres - 18 cl, Vittel - 33 cl,

Vittel Fruité Fraise & Framboise - 33 cl,

Jus de fruits Granini** au verre - 18 cl,

Oasis - 18 cl, Champomy - 18 cl

Poisson frais, attention aux arêtes.

** Jus et nectars de fruits à base de concentré.

* Poisson : Joëls. ** Avec suprême croustillant HappyVore. Plat végétarien. Pêche Française. AOP : Appellation d'Origine Protégée.

Engagé en faveur de la protection de l'environnement et des océans, Léon a retiré ses pailles en plastique de ses restaurants. Des pailles en papier recyclables sont proposées pour le menu enfant.



LES GAUFRES

Gaufre au sucre 5.00 €
Topping au choix : Compotée de fruits rouges, compotée d'abricot, crème fouettée, sauce caramel beurre salé, sauce chocolat, sauce caramel :... 1.90 €

Gaufre LÉON 7.90 €
Crème glacée vanille, sauce chocolat, crème fouettée

Gaufre abricot crème d'amandes 8.90 €
Crème d'amandes, abricot, compotée d'abricot, éclats de pistache, crème fouettée

Maxi gaufre fruits rouges 9.90 €
Crème glacée vanille, mascarpone, compotée de fruits rouges, framboises, crème fouettée, menthe fraîche



Maxi gaufre fruits rouges, Gaufre abricot crème d'amandes



Millefeuille Géant Abricot, Salade de fruits, Café Gourmand

Desserts Classiques

Crème brûlée 6.50 €

Salade de fruits 6.90 €
Fruits du moment, sirop citron basilic, palmier

Mi-cuit au chocolat 6.90 €
Crème glacée vanille, crème fouettée, pépites caramélisées

Grande île flottante 7.20 €
Crème anglaise, sauce caramel, amandes grillées

Café ou Thé Gourmand 7.90 €
Crème pâtissière, sauce chocolat, granola - tiramisu abricot, éclats de pistache - salade de fruits - gaufre

Millefeuille Géant Abricot 8.50 €
Crème pâtissière & mascarpone vanille, abricot, compotée d'abricot, éclats de pistache

COUPES Glacées

Pastèque Citrus 8.50 €
Sorbet citron, pastèque fraîche, sirop citron basilic, menthe, cornet gaufrette, crème fouettée

Cookie Dream 8.50 €
Crème glacée vanille, crème glacée chocolat, morceaux de cookie, sauce chocolat, gruë de cacao, crème fouettée

Tiramisu abricot pêche 8.50 €
Sorbet pêche, crème mascarpone vanille, biscuit cuillère, compotée d'abricot, abricot, palmier, crème fouettée

Caramel lover 8.50 €
Crème glacée caramel beurre salé, crème légère mascarpone, sauce caramel beurre salé, pépites caramélisées, cornet gaufrette, crème fouettée

• GLACES ET SORBETS •

TOUTES LES GLACES DE NOS DESSERTS SONT FABRIQUÉES EN FRANCE

2 boules 5.00 €

3 boules 6.60 €
• Crème glacée : café, chocolat, vanille, caramel beurre salé, pistache
• Sorbet : framboise, fraise, citron, cerise, fruit de la passion, pêche
• Glace : noix de coco



Tiramisu abricot pêche, Pastèque Citrus, Cookie Dream, Caramel lover

Topping supplémentaire 1.90 €
Compotée de fruits rouges, compotée d'abricot, crème fouettée, sauce caramel beurre salé, sauce chocolat, sauce caramel



Nestlé

Nuts = noisettes

LA CAVE LÉON

VINS BLANCS

	Verre 14 cl	Pot 23 cl	Pot 46 cl	Bouteille 75 cl
IGP Pays d'Oc Sauvignon Saint-Clair	4.90 €	6.20 €	11.50 €	
Touraine Sauvignon AOP Le Chai des Varennes	6.60 €	8.60 €	16.50 €	24.00 €
Muscadet AOP La Hulette	6.40 €	8.40 €	16.20 €	23.00 €
Riesling Alsace AOP W.Gisselbrecht	5.90 €	7.90 €	13.40 €	22.00 €
Bordeaux Sauvignon AOP Les Roches Blanches - Château Roquefort	6.40 €	8.40 €	15.90 €	24.00 €
IGP Pays d'Oc Viognier Saint Victor - Gérard Bertrand	8.50 €	10.50 €	19.90 €	27.00 €
Alsace AOP Trilogy W.Gisselbrecht	5.40 €	7.40 €	12.90 €	21.00 €
IGP Côtes de Gascogne - Moelleux Villa Chambre d'Amour	7.90 €	10.20 €	18.90 €	26.00 €

VINS ROSÉS

IGP Var Saint Barthélémy	4.90 €	6.20 €	11.50 €	
Luberon AOP La Terrasse des Oliviers	5.50 €	7.90 €	14.50 €	21.00 €
Côtes de Provence AOP Romain Desbastides	7.90 €	9.90 €	18.90 €	26.00 €

VINS ROUGES

IGP Côtes du Tarn Gamay	4.90 €	6.20 €	11.50 €	
Côtes du Rhône AOP Les 3 Garçons	5.70 €	8.20 €	14.90 €	23.00 €
Saumur-Champigny AOP Les Chanteraines	6.60 €	9.00 €	16.50 €	24.00 €
Haut-Médoc AOP Baron de Terrey	6.90 €	9.20 €	17.00 €	26.00 €



MAISON LÉON

• SIGNATURE •

Chardonnay sur mer
IGP Pays d'Oc Chardonnay

Verre 14 cl	Pot 23 cl	Pot 46 cl	Bouteille 75 cl
5.90 €	8.20 €	14.90 €	24.00 €



*Léon s'associe à la famille Julien,
pour vous proposer cette cuvée sur-mesure.
Un vin blanc élégant et fin, aux notes minérales
et fruitées.*



IGP : Indication Géographique Protégée. AOP : Appellation d'Origine Protégée.

Apéritifs

Kir au vin blanc 12 cl.....	5.70 €	Americano 8 cl.....	7.50 €
Kir au champagne 12 cl.....	9.90 €	Martini Rosso, Campari	
Martini Bianco, Rosso 6 cl.....	5.70 €	 Cidre Brut 33 cl.....	6.50 €
Martini Riserva Bitter 6 cl.....	5.70 €	Le Sauvage - Fils de pomme	
Campari 6 cl.....	5.70 €	Ricard - L'Original ou Allongé 2 cl.....	3.80 €
Porto, Suze 6 cl.....	5.90 €	Lillet - Blanc ou Rosé 18 cl.....	8.00 €
Martini Fiero & Tonic 14 cl.....	6.90 €	& tonic La French	
		Prosecco Riccadonna DOC 12 cl.....	6.90 €

CHAMPAGNE

	12 cl	75 cl
Nicolas Feuillatte Réserve Exclusive Brut	9.90 €	45.00 €



SPIRITUEUX

VODKAS & TEQUILA 4 cl

Vodka Eristoff.....	5.90 €
Vodka Grey Goose.....	8.50 €
Tequila Cazadores Blanco.....	6.90 €

WHISKIES 4 cl

William Lawson's	5.90 €
Blended	
Craigelachie 13 ans	9.50 €
Single Malt Speyside	
Laphroaig 10 ans.....	8.50 €
Single Malt Islay	
Jim Beam	5.90 €
Kentucky Bourbon	

RHUMS 4 cl

Bacardi Carta Oro.....	5.90 €
Bacardi Diez 10 ans	8.50 €

GINs 4 cl

Bombay Sapphire.....	6.00 €
Bombay Citron Pressé.....	7.90 €

DIGESTIFS

Cognac Gautier VS 4 cl.....	7.90 €
Cognac Camus VSOP 4 cl.....	6.90 €
Bas-Armagnac 4 cl.....	6.90 €
Château de Laubade Signature	
Bas-Armagnac 12 ans 4 cl.....	9.50 €
Château de Laubade Intemporel	
Calvados Coquerel VSOP 4 cl.....	6.90 €
Calvados Coquerel XO 4 cl.....	9.50 €
 Limoncello Walcher 4 cl.....	6.90 €
 Amaretto Walcher 4 cl.....	6.90 €
Get 27, Get 31 4 cl	6.90 €
Irish Coffee 23 cl	8.50 €
Bushmills Irish whiskey, sirop de sucre de canne*, expresso, crème fouettée	





BOISSONS FRAÎCHES

Vittel 50 cl / 1L	4.50 € / 5.50 €	Oasis 25 cl	4.20 €
Perrier Fines Bulles 50 cl / 1L	4.50 € / 5.50 €	Fuze Tea Pêche	
Perrier 33 cl	4.20 €	ou Citron vert menthe 25 cl	4.20 €
Nectar de fruits 25 cl	4.00 €	Coca-Cola, Coca-Cola sans sucres	
Orange*, ananas*, abricot		ou Coca-Cola Cherry 33 cl	4.20 €
Jus de fruits 25 cl	4.00 €	Sprite 25 cl	4.20 €
Pomme*, tomate		Diabolo 20 cl	3.90 €
Champomy 10 cl / 75 cl	3.00 € / 14.00 €	Sirop à l'eau 20 cl	2.90 €
Orangina 25 cl	4.20 €		



* Jus et nectars de fruits à base de concentré.



CAFÉTERIE

Café, Décaféiné	2.20 €
Café double, Décaféiné double	3.90 €
Café crème	3.20 €
Thé, infusion	3.00 €
Chocolat chaud	3.90 €
Cappuccino	3.90 €
Café ou Thé gourmand	7.90 €

Crème pâtissière, sauce chocolat, granola - tiramisu abricot, éclats de pistache - salade de fruits - gaufre



* Retrouvez les conditions générales du Club Léon sur notre site internet www.restaurantleon.fr

Prix TTC service compris. Photos non contractuelles.

Crédits photos : Y. Deret - Illustrations : Blandine Lamy / istockphoto. Beach vibes = ambiance de plage.

Dans les desserts des serveurs de ce restaurant, nous mettons à votre disposition la liste des allergènes présents dans nos recettes.

Imprimé par CAP IMPRESSION - 9, rue Salvador Allende - Z.I. des Glaises - 91124 Palaiseau Cedex.

LDF SAS, capital social : 500.000€, RSC Nanterre 353 559 131, siège : Levallois-Perret. Léon Epinal-Jeuxey



POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR