CAFÉ · VÉLO · CHAMBÉRY

Fringale

Faim soudaine et intense, généralement déclenchée par un effort physique prolongé. État dans lequel le cycliste devient subitement très attentif à ce qu'on lui propose comme ravito. Bonne nouvelle : tu es au bon endroit.

Sudden, intense hunger, usually triggered by prolonged physical effort. The state in which a cyclist suddenly becomes very attentive to whatever's on offer as fuel. Good news — you're in the right place.

Manger · Rouler · Partager

Les commandes s'effectuent au comptoir. / Orders are placed at the counter.

La liste des allergènes présents dans nos plats est disponible sur demande auprès de notre équipe.
A full allergen list for our dishes is available on request from our team.

8 BOULEVARD DU THÉÂTRE · CHAMBÉRY — @FRINGALE.CC

Petit Déj

BREAKFAST

Servi de 9h à 11h — pour bien démarrer la journée.

Served 9–11am — to start the day right.

Œuf à la coque 7,50 €
Soft-boiled egg
Deux œufs, mouillettes de pain au levain, beurre demi-sel. Option fromage de Savoie : +2 €
Two eggs, sourdough soldiers, salted butter. Savoie cheese option: +€2

Granola maison 8 €
Homemade granola
Granola toasté maison (avoine, amandes, noisettes), fromage blanc, fruits frais de saison, miel.
Homemade toasted granola (oats, almonds, hazelnuts), fromage blanc, seasonal fresh fruit, honey.

Tartine du matin 7 €
Morning toast
Pain au levain, 2 toppings au choix parmi : beurre, confiture, pâte à tartiner Nocciolata, miel.
Sourdough bread, choice of 2 toppings: butter, jam, Nocciolata spread, honey.

Pancakes gourmands 10,50 €
Pancakes
Samedi et dimanche uniquement · Saturdays & Sundays only
Pancakes moelleux, fruits frais de saison, au choix : caramel beurre salé maison, Nocciolata ou confiture.
Fluffy pancakes, seasonal fresh fruit, choice of: homemade salted butter caramel, Nocciolata or jam.

Ravito

REFUEL

Un déjeuner chaud ou froid, sur place ou à emporter. Du mardi au samedi, de 12h à 14h — selon les stocks disponibles, quantités limitées.

A hot or cold lunch, dine in or takeaway. Tuesday to Saturday, 12pm–2pm — subject to availability, limited quantities.

SANDWICHS SIGNATURE

Signature Sandwiches

Le Maillot à Pois 9 €
Veggie Sandwich
Sandwich végé · Vegetarian sandwich
Houmous maison, légumes du moment, pickles.
Homemade hummus, seasonal vegetables, pickles.

Van der Poulet 13 €
Chicken Bun
Bun au poulet · Chicken bun
Poulet fermier mariné, pesto basilic, tomate confite, feta crémeuse. Servi avec salade de saison.
Marinated free-range chicken, basil pesto, confit tomato, creamy feta. Served with seasonal salad.

Rem'Croque *Evenepoel* 13 €
Tomme des Bauges AOP, jambon blanc, compotée d'oignons, salade du moment.
Tomme des Bauges AOP cheese, ham, onion compote, salad of the day.

BOWLS

Bowls

Bowl légumes 15,50 €
Veggie Bowl
Base riz & quinoa, légumes grillés, feta marinée, œuf mollet, amandes grillées. Option vegan disponible sur demande.
Rice & quinoa base, grilled vegetables, marinated feta, soft-boiled egg, toasted almonds. Vegan option available on request.

Bowl complet 16,50 €
Full Bowl
Base riz & quinoa, protéine animale (poulet ou jambon cru de Savoie), légumes grillés, graines.
Rice & quinoa base, animal protein (chicken or Savoie cured ham), grilled vegetables, seeds.

Quiche de la semaine* 10,50 €
*Quiche of the Week**
Produits de saison, selon arrivage du jour. Servie avec salade. *Composition détaillée à l'ardoise.
*Seasonal ingredients, based on the day's delivery. Served with salad. *Full details on the chalkboard.*

Soupe garnie 9,50 €
Garnished Soup
Soupe du jour garnie de légumes rôtis et de croûtons de pain grillés. Option Beaufort râpé : +2 €
Soup of the day topped with roasted vegetables and toasted bread croutons. Grated Beaufort option: +€2

SUPPLÉMENTS

Extras

Pommes de terre grenailles rôties 3,50 €
Roasted fingerling potatoes
En accompagnement de votre plat.
As a side to your dish.

Soupe en accompagnement 4,50 €
Soup as a side
En accompagnement de votre plat.
As a side to your dish.

Brunch

BRUNCH

Le dimanche, on prend le temps — une formule complète pour bien commencer. Servi de 9h à 14h, uniquement au comptoir.

On Sundays, we take our time — a complete set menu to start the day right. Served Sundays only, 9am–2pm, at the counter.

Formule Brunch 25 €
Brunch Set

Une option salée (au choix) — Gaufre salée · Œufs à la coque, fromage de Savoie · Petit Rem'Croque.

Une option sucrée (au choix) — Granola Bowl · Pancakes gourmands.

Une boisson fraîche (au choix) — Jus d'orange pressé, ou toute autre boisson fraîche : Kombuch'Alp, Ginger Beer, Lemonaid, Charitea, jus de pomme des Bauges…

Une boisson chaude (au choix) — Café ou boisson lactée (Chaï Latte, Matcha Latte, Pumpkin Latte ou chocolat chaud) — également disponible en version glacée, sans supplément.

One savoury option (choice of) — Savoury waffle · Soft-boiled eggs, Savoie cheese · Mini Rem'Croque.
One sweet option (choice of) — Granola Bowl · Pancakes.
One cold drink (choice of) — Fresh-squeezed orange juice, or any other cold drink: Kombuch'Alp, Ginger Beer, Lemonaid, Charitea, Bauges apple juice…
One hot drink (choice of) — Coffee or milk-based drink (Chaï Latte, Matcha Latte, Pumpkin Latte or hot chocolate) — also available iced, at no extra charge.

À L'UNITÉ

À la carte

Gaufre salée 12 €
Savoury Waffle
Gaufre de pommes de terre, champignons & tomates rôties, roquette, œuf mollet ou jambon blanc au choix, sauce blanche maison.
Potato waffle, mushrooms & roasted tomatoes, rocket, soft-boiled egg or ham (your choice), homemade white sauce.

Petit Rem'Croque *Evenepoel* 11 €
Mini Rem'Croque
Tomme des Bauges AOP, jambon blanc, compotée d'oignons, salade du moment.
Tomme des Bauges AOP cheese, ham, onion compote, salad of the day.

À Partager

TO SHARE

À déguster à plusieurs, sur la table ou en terrasse. Pinsas servies avec un filet d'huile d'olive.

To share around the table or on the terrace. Pinsas served with a drizzle of olive oil.

> LE SOIR UNIQUEMENT · EVENINGS ONLY
> Pinsas & planches à partager : disponibles à partir de 18h, les soirs d'ouverture en soirée.
> *Pinsas & sharing boards: available from 6pm on the evenings we open late.*

PINSAS

Pinsas

Pinsa Tomate & Mozzarella 13 €
Tomato & Mozzarella Pinsa
Tomate, mozzarella fior di latte, tomates cerises, origan, basilic, huile d'olive.
Tomato, fior di latte mozzarella, cherry tomatoes, oregano, basil, olive oil.

Pinsa Chèvre & Miel 14 €
Goat Cheese & Honey Pinsa
Base crème, chèvre, miel, noix, huile d'olive.
Cream base, goat cheese, honey, walnuts, olive oil.

Pinsa Mortadelle & Stracciatella 16 €
Mortadella & Stracciatella Pinsa
Base crème, mortadelle, stracciatella, tomates cerises, huile d'olive.
Cream base, mortadella, stracciatella, cherry tomatoes, olive oil.

PROPOSITIONS À PARTAGER

Sharing Plates

Saucisson à trancher 7 €
Sliced Dry Sausage

Belle planche à partager 21 €
Sharing Board
Tomme des Bauges AOP, Beaufort..., charcuterie et pain.
Tomme des Bauges AOP cheese, Beaufort..., charcuterie and bread.

Falafels x6 & sauce blanche maison 6 €
6 Falafels & homemade white sauce

Houmous maison 7,50 €
Homemade Hummus
Servi avec pain pita.
Served with pita bread.

Pause Gourmande

SWEET BREAK

Une petite faim ? Les créations sucrées pour accompagner votre café. Découvrez les gourmandises du jour au comptoir : muffins, cookies, brownie, clafoutis, flan, cake sucré…

Feeling peckish? Sweet treats to go with your coffee. Ask at the counter for today's treats: muffins, cookies, brownies, clafoutis, flan, sweet cake…

Pâtisserie du jour À partir de 2,20 €
Pastry of the Day
Toutes nos pâtisseries sont faites maison, préparées avec soin dans notre cuisine. Disponibilités du jour visibles en vitrine au comptoir.
All our pastries are homemade, prepared with care in our kitchen. Today's selection is visible at the counter.

Pause Fraîcheur

FROZEN TREATS

Glaces artisanales & desserts glacés pour les journées chaudes.

Artisan ice cream & frozen desserts for hot days.

Une boule 3 €
One Scoop

Deux boules 5 €
Two Scoops

Trois boules 7 €
Three Scoops

Parfums
Flavours
Glaces · Vanille de Madagascar · Chocolat pure origine Côte d'Ivoire · Pistache de Sicile · Caramel au beurre salé · Fior di latte · Noix de coco · Noisette du Piémont
Sorbets · Fraise 62% · Citron de Sicile
Ice cream · Madagascar vanilla · single-origin Côte d'Ivoire chocolate · Sicilian pistachio · salted caramel · fior di latte · coconut · Piedmont hazelnut
Sorbets · Strawberry 62% · Sicilian lemon

Affogato 6 €
Boule de Fior di latte ou vanille, espresso versé minute.
Scoop of fior di latte or vanilla, espresso poured fresh.

Brownie glacé 7 €
Ice Cream Brownie
Brownie maison, boule de glace vanille.
Homemade brownie, scoop of vanilla ice cream.

Boissons du moment

SEASONAL DRINKS

Nos boissons chaudes de saison.

Our seasonal hot drinks.

Pumpkin Latte 4,50 €
Latte aux épices à base de citrouille.
Latte with pumpkin-based spices.

Dirty Pumpkin 5,50 €
Pumpkin Latte avec un shot d'espresso.
Pumpkin Latte with a shot of espresso.

Dirty Chai 5,50 €
Chaï Latte avec un shot d'espresso.
Chai Latte with a shot of espresso.

Pink Latte 4,50 €

Marroncino 5,50 €
Espresso, crème de marron, lait mousseux, pointe de cacao.
Espresso, chestnut cream, steamed milk, a hint of cocoa.

Maple Latte 5,50 €
Espresso, lait, sirop d'érable, une pincée de cannelle.
Espresso, milk, maple syrup, a pinch of cinnamon.

Chocolat viennois 6 €
Viennese Hot Chocolate
Chocolat Latcha, lait entier, chantilly.
Latcha chocolate, whole milk, whipped cream.

Chamallows : + 0,50 € sur le chocolat chaud ou le chocolat viennois.
Marshmallows: +€0.50 on hot chocolate or Viennese hot chocolate.

Laits végétaux + 0,50 €
Plant-based milks
Lait d'avoine ou de coco.
Oat or coconut milk.

Cafés

COFFEE

Torréfacteur Etioca — café de spécialité, notes SCA 80+.

Etioca Roastery — specialty coffee, SCA 80+ scored.

Espresso 2 €
Allongé 2,50 €
Batch brew — Moccamaster 3,50 €
Café filtre d'exception du moment — Etioca.
Exceptional filter coffee of the moment — Etioca.

Double espresso 3,50 €
Macchiato 3 €
Cappuccino 4 €
Latte 4,50 €
Flat White 4,50 €
Mochaccino 5,50 €

Suppléments — Lait végétal (avoine, coco) +0,50 € · Sirop (vanille, caramel) +0,50 €. Toutes nos boissons chaudes sont disponibles en version ice : +0,50 €. Suggestions des baristas au comptoir.

Extras — Plant-based milk (oat, coconut) +€0.50 · Syrup (vanilla, caramel) + €0.50. All our hot drinks are available iced: +€0.50. Ask our baristas for recommendations.

Infusions Lattées

LATTE INFUSIONS

Latcha (Savoie) — chaï, matcha & chocolat. Fabriqués ou récoltés à la main, bio et équitables.

Latcha (Savoie) — chai, matcha & chocolate. Handmade or hand-harvested, organic and fair-trade.

Chaï Latte 4,50 €
Chaï traditionnel, lait chaud, épices.
Traditional chai, hot milk, spices.

Matcha Latte 5 €
Matcha de cérémonie japonais, lait.
Japanese ceremonial-grade matcha, milk.

Chocolat chaud 5 €
Hot Chocolate
Chocolat Latcha, lait entier. Chamallows : +0,50 €
Latcha chocolate, whole milk. Marshmallows: +€0.50

Laits végétaux + 0,50 €
Plant-based milks
Lait d'avoine ou de coco, sur toutes nos boissons lattées.
Oat or coconut milk, on all our latte drinks.

Toutes nos infusions lattées sont disponibles en version ice : +0,50 €. Suggestions des baristas au comptoir.

All our latte infusions are available iced: +€0.50. Ask our baristas for recommendations.

Thés & Infusions Kodama

KODAMA TEAS & INFUSIONS

Nouveau Départ — Thé vert bio 4 €
Nouveau Départ — Organic Green Tea
Thé vert, gingembre, yuzu.
Green tea, ginger, yuzu.

Poids Plume — Thé vert 4 €
Poids Plume — Green Tea
Thé vert, basilic, agrumes.
Green tea, basil, citrus.

Promenons-Nous — Thé noir bio 4 €
Promenons-Nous — Organic Black Tea
Thé noir, cassis, myrtilles, groseilles.
Black tea, blackcurrant, blueberry, redcurrant.

London 7AM — Thé noir Earl Grey 4 €
London 7AM — Earl Grey Black Tea
Earl Grey, citron, vanille.
Earl Grey, lemon, vanilla.

La Vie comme elle Vient — Infusion 4 €
Hibiscus, pomme, orange sanguine.
Hibiscus, apple, blood orange.

Boissons Fraîches

COLD DRINKS

FAIT MAISON

Homemade

Préparé dans notre cuisine — selon les stocks disponibles.

Prepared in our kitchen — subject to availability.

Jus d'orange pressé 5 €
Fresh-Squeezed Orange Juice
Oranges pressées minute, rien d'autre.
Oranges pressed to order, nothing else.

SOFTS SÉLECTIONNÉS

Selected Soft Drinks

Coca-Cola / Zero — 33 cl 4 €

Kombuch'Alp — 33 cl 5,50 €
Kombucha — 2 parfums : Cassis Menthe & Pomme Coing Verveine.
Kombucha — 2 flavours: Blackcurrant Mint & Apple Quince Verbena.

Charitea — thé glacé bio équitable — 33 cl 5 €
Charitea — Organic Fair-Trade Iced Tea — 33 cl
4 parfums : thé vert · thé noir · Rooibos · Green Gingembre.
4 flavours: green tea · black tea · Rooibos · Green Ginger.

Lemonaid — limonade bio équitable — 33 cl 5 €
Lemonaid — Organic Fair-Trade Lemonade — 33 cl
3 parfums : citron vert · orange · fruit de la passion.
3 flavours: lime · orange · passion fruit.

Ginger Beer (Kombuch'Alp) — 33 cl 5,50 €
Gingembre infusé, peps garanti.
Infused ginger, guaranteed kick.

Jus de fruit — 25 cl 4,50 €
Fruit Juice — 25 cl
Jus de pomme des Bauges · Nectar d'abricot · Nectar de fraise · Nectar d'orange.
Bauges apple juice · Apricot nectar · Strawberry nectar · Orange nectar.

Verre de limonade — 33 cl 3 €
Glass of Lemon Soda — 33 cl

Tonic La French — 25 cl 4,50 €

Bières & Cidre

BEER & CIDER

Brasserie Big Mountain (Chamonix), Brasserie Run'Hard (Cognin) & Cidrerie Les Pentes (Bauges).

Big Mountain Brewery (Chamonix), Run'Hard Brewery (Cognin) & Les Pentes Cidery (Bauges).

BIÈRES PRESSION BIG MOUNTAIN

Big Mountain Draft Beer

Blonde Mountain Lager (4,8%) 4 € / 7 €
Blonde Mountain Lager (4.8%)
Blonde moderne, légère et désaltérante. (25 cl / 50 cl)
A modern lager, light and refreshing. (25 cl / 50 cl)

Blanche Freeride (4,5%) 4,50 € / 8 €
Blanche Freeride (4.5%)
Maltée au blé, notes épicées et fruitées. (25 cl / 50 cl)
Wheat beer, spiced and fruity notes. (25 cl / 50 cl)

IPA du moment 4,90 € / 8,80 €
IPA of the Moment
Selon disponibilité. (25 cl / 50 cl)
Subject to availability. (25 cl / 50 cl)

SANS ALCOOL

Non-Alcoholic

Run Hard — 33 cl 6 €
Bière du sportif — blonde, IPA ou fruits rouges.
Beer for athletes — blonde, IPA or red berries.

CIDRE — LES PENTES DES BAUGES

Cider — Les Pentes des Bauges

Le Goût du Risque — 33 cl 6 €
Cidre brut, amertume délicate.
Dry cider, delicate bitterness.

Bim Bam Boum — 33 cl 6 €
Cidre vif et tanique en finale.
Lively cider, tannic finish.

Sirops & Eaux

SYRUPS & WATER

SIROPS & DIABOLOS

Syrups & Diabolos

Sirop à l'eau 2,50 €
Syrup & Water

Diabolo (limonade + sirop) 3,50 €
Diabolo (lemon soda + syrup)

Parfums
Flavours
Grenadine · Citron · Menthe · Pêche · Cassis · Fraise.
Grenadine · Lemon · Mint · Peach · Blackcurrant · Strawberry.

EAUX

Water

Eau plate — 33 cl 3 €
Still Water — 33 cl

Eau pétillante — 33 cl 3,50 €
Sparkling Water — 33 cl

Vins & Cocktail

WINE & COCKTAIL

VINS AU VERRE

Wine by the Glass

Sélection régionale Savoie, Méditerranée & Rhône — le verre : 5 € · la bouteille : 24 €.

Regional selection from Savoie, Méditerranée & Rhône — glass: €5 · bottle: €24.

Jongieux Blanc — AOP Vin de Savoie, cru Jongieux
Jongieux Blanc — AOP Vin de Savoie, Jongieux cru
Cuvée Perle d'Agrumes, blanc sec et minéral.
Perle d'Agrumes cuvée, dry and mineral white.

Rosé Paradis — IGP Méditerranée
Domaine de l'Anticaille, certifié HVE, rosé frais et gourmand.
Domaine de l'Anticaille, HVE-certified, fresh and generous rosé.

Côtes du Rhône Rouge — AOP Côtes du Rhône
Côtes du Rhône Red — AOP Côtes du Rhône
Cuvée Les Partides, rouge souple et gourmand.
Les Partides cuvée, smooth and generous red.

COCKTAIL — L'APÉRO FRINGALE

Cocktail — The Fringale Apéro

Spritz 9 €
Apérol, mousseux, eau pétillante, orange.
Aperol, sparkling wine, sparkling water, orange.

Manger · Rouler · Partager

8 BOULEVARD DU THÉÂTRE · CHAMBÉRY — @FRINGALE.CC