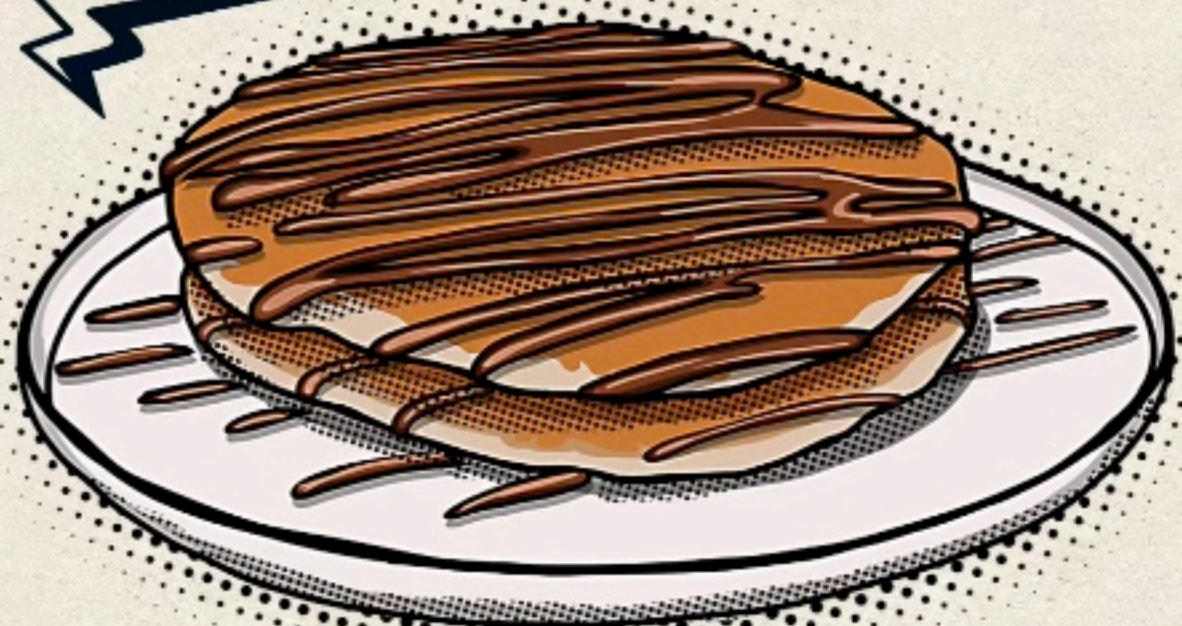


SERVIS PAR 2



## PROTEIN PANCAKES

### Classic Monster Pancakes

Pancakes ultra protéinés nappés de la sauce de votre choix (fraise, framboise, chocolat, caramel, vanille, peanut butter)

🍷 20g ⚡ 20g 🍷 3g

### Loaded Monster Pancakes

Pancakes ultra protéinés recouverts de fruits frais & nappés du coulis de votre choix (fraise, framboise, chocolat, caramel, vanille, peanut butter)

🍷 20g ⚡ 25g 🍷 3g

### Chocolate Monster Pancakes

Pancakes ultra protéinés recouverts de banane, d'éclats de noix, de pépites de chocolat et d'une sauce chocolat zéro

🍷 25g ⚡ 44g 🍷 21g

🍷 = protéines ⚡ = glucides 🍷 = lipides

3,90 €

## CRÊPES

### Healthy Crêpe

Crêpe sans gluten hyper protéinée et sans sucres servie avec un nappage ou une pâte à tartiner

🍷 9g ⚡ 4g 🍷 11g



8,50 €

### Crêpe Salée

Crêpe sans gluten hyper protéinée garnie d'effiloché de poulet, fromage MyFitCheese et d'une sauce zéro au choix

🍷 34g ⚡ 7g 🍷 12g

Option avocat + 1,00 €

Double poulet + 2,00 €

Double fromage + 1,50 €



MY FIT  
Cheese



## HEROES SUPER ICE CREAM

3,90 €

JUSQU'À  
80%  
DE SUCRES  
EN MOINS\*

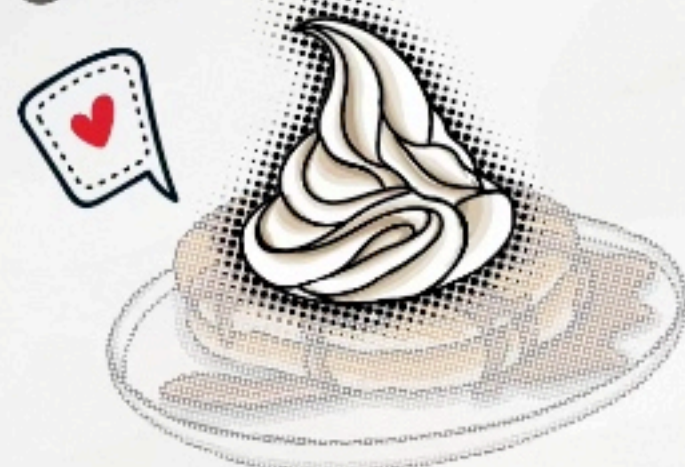


Crème glacée faible en calories servie avec 1 topping au choix

🍷 5g ⚡ 37g 🍷 9g

## TOPPINGS & NAPPAGES

Nos extras pour personnaliser nos recettes



Heroes Super Ice Cream 2,00 €

Ajoute notre incroyable crème glacée faible en calories sur tes pancakes

### Nos toppings

0,50 €

Pépites de chocolat noir, noix, cajou, coco, amandes, granola, fruits frais, peanut butter etc...

### Nos sauces

0,50 €

Fraise, framboise, chocolat, caramel, peanut butter, sirop d'érable, sirop d'agave, etc...



Super Nappage 2,00 €  
Extrapancake x1 1,50 €



## SWEET BOWLS

7,90 €

### Red Fruits Skyr Bowl

Skyr, iso whey vanille, fruits rouges, Granola, banane & noix de cajoux

🍷 40g ⚡ 32g 🍷 6g

7,90 €

### Chocolate & Banana Skyr Bowl

Skyr, iso whey chocolat, pépites de chocolat, banane, Granola & noix de coco rappée

🍷 40g ⚡ 39g 🍷 12g

### Shark Bowl

Crème de riz Ironshark, iso whey biscuit, fruits rouges, peanut butter, pépites de chocolat, noix de coco rappée

Medium : 5,90 € 🍷 31g ⚡ 42g 🍷 25g

Large : 8,90 € 🍷 52g ⚡ 73g 🍷 25g

### Super Açaï Bowl

8,90 €

Préparation protéinée à base d'açaï, framboise, fraise, Iso vanille, graines de chia, granola, myrtille et noix de coco

🍷 42g ⚡ 35g 🍷 38g

# SUPER CHOCOLATE & BANANA CAKE

5,90 €



PAR PART

Protéine : 20 g | Glucide : 22 g | Lipide : 20 g

6,90 €



## GOURMET PROTEIN SHAKES Option avoine 30 g + 1,00 €

### Pink Muscles

HSF Ice Cream, lait d'amande, iso fraise, framboises & L-Carnitine

☞ 30 g ⚡ 16 g ♡ 5 g

### Banana Choc

HSF Ice Cream, lait d'amande, banane, iso whey biscuit & sauce chocolat zéro

☞ 30 g ⚡ 37 g ♡ 5 g

### Deep Choco

HSF Ice Cream, lait d'amande, iso choco, banane, pépites de choco noir, arginine & chantilly

☞ 32 g ⚡ 44 g ♡ 9 g

### Snicky Caramelli

HSF Ice Cream, lait d'amande, iso noisette, Snickers protéiné, sauce caramel zéro, chantilly & signature caramel

☞ 44 g ⚡ 35 g ♡ 21 g

### Pistacchio Reload\*

HSF Ice Cream, lait d'amande, iso zéro pistache, framboises & amandes effilées

☞ 32 g ⚡ 19 g ♡ 12 g

\*Dispo en version Vegan

### Bounty Muscly

HSF Ice Cream, lait d'amande, iso choco, Iso coco, Bounty protéiné, crème fouettée, sauce choco zéro, pépites de chocolat et coco râpée

☞ 40 g ⚡ 32 g ♡ 21 g

### Strawberry Shaky

HSF Ice Cream, lait d'amande, iso vanille, fraise et coulis de fraise zéro

☞ 28 g ⚡ 18 g ♡ 5 g

80 MG DE CAFÉINE

### Super Iced Coffee

4,90 €

HSF Ice Cream, iso café frappé, lait d'amande & chantilly

☞ 29 g ⚡ 14 g ♡ 5 g



## CLASSIC PROTEIN SHAKES

2,50 €

Demande à ton coach la liste des parfums disponibles (chocolat, noisette, cookie, fraise, vanille, pistache, framboise, etc...)

### Shaker Heroes Super Food

2,00 €

## CARDIO BURNING SHOTS

**Burn** 2G de Carnitine

2,00 €

**Super Burn** 2 x 2G de Carnitine

3,00 €

**Fusion** 2 x 2G de Carnitine + brûleur

4,50 €

## GOURMET HOT DRINKS

### Espresso

1,50 €

Sans protéines, sans extra boost et sans burning shot... Juste du café ;)

### Capucc'Heroes

4,90 €

Espresso, Iso café, lait d'amande, chantilly et cacao

☞ 26 g ⚡ 1 g ♡ 1 g



### Detox Drink

2,00 €

Infusion au citron, action drainage et detox

### Chocolate Monster Viennois

4,90 €

Chocolat chaud protéiné au lait d'amande, chantilly et cacao

☞ 28 g ⚡ 1 g ♡ 1 g

## BOOSTER SHOTS

**Pré Workout Endurance**



2,50 €

**Pré Workout Classic**



2,50 €

**Pré Workout Extreme**



3,50 €

☞ = protéines ⚡ = glucides ♡ = lipides