



CARTE DU MIDI

du lundi au vendredi de 11 h 45 à 17 h 30 (hors jours fériés)
vous pouvez commander au comptoir pour un service plus rapide

+ 2,00 € un accompagnement
au choix



- riz
- soupe
- chou
- suppl 0,50 € riz vinaigré

+ 2,00 € un en-cas
au choix



ou



- 2 gyozas

- 2 kara-age

- 2 cheese fry

votre boisson

- + 1,50 € un expresso
- + 2,00 € une canette
- + 2,50 € un verre soft
- + 3,00 € - une pression 25 cl,
- un verre de vin,
- une liqueur
- + 4,50 € - une boisson gourmande

réduction étudiante sur les menus, plats et poké : -0,50 €

SALADE

NOUVEAU

Tartare Saumon Mariné petit 7,50 € grand 13,50 €
saumon mariné, avocat, sésame, riz vinaigré, mcb*
* Possibilité de changé le riz par du chou

Tartare Saumon petit 6,50 € grand 12,00 €
saumon, avocat, sésame, riz vinaigré, mcb*
* Possibilité de changé le riz par du chou

Salade Tofu petit 6,50 € grand 12,00 €
tofu frit, salade, feve, sésame, mcb*
concombre&algue, oignons pickles

Salade Niji petit 6,50 € grand 12,00 €
choux, osaka, poivron, oignon, sésame, mcb*



NOUVEAU

GUA BAO 9,00 € servi par deux
pain doux et moelleux garni de guacamole, salade, pickles, mcb*, sésame, sauce teriyaki

- Gua Bao Poulet
- Gua Bao Halloumi
- Gua Bao Saumon Pané
- Gua Bao Tofu



NOS DONBURI ET POKE 11,50 €

nouilles à la place du riz suppl +1,00 €



DONBURI

servi avec crudités

DONBURI

Tori Katsu Don
poulet pané sauce tonkatsu

Poulet Teriyaki
poulet mariné sauce teriyaki

Gyudon
plat traditionnel au boeuf mijoté

Saumon Teriyaki
saumon cuit à la sauce teriyaki



DONBURI KARE (CURRY)

(avec panure japonaise)

Tori Kare (poulet)

Tofu Kare (tofu)

Sake Kare (saumon)

Ebi-Fry Kare (crevette)



POKE BOWL

servi avec 5 crudités & légumes

Poké Végé

Poké Poulet

Poké Saumon

Poké Saumon Pané

Poké Ebi-Fry



MENU MIDI 10,50 €

MIDI MIX 10 pièces



8 California Tempura
2 Yakitori Saumon

MIDI VEGGIE 13 pièces



8 Midori Végétarien
2 Gyozas Végétarien
2 Cheese Fry

MIDI SPECIALITE 7 pièces



1 Spécialité de 6 pièces au choix
1 Salade Niji (+ 0,50 € tartare mariné)

MENU MIDI 11,50 €

MIDI SAUMON 12 pièces



8 California Saumon
4 Sushi Saumon

MIDI INNOVATION 7 pièces



3 Rollin Cheese
2 Gyozas, 1 Ebi-Fry
1 Tartare Saumon Mariné

MIDI CALIFORNIA 16 pièces



8 California Saumon
8 California Tempura

SHINOBI 50 € 50 pièces

6 Sushi Saumon
8 California Tempura
8 California Saumon
10 Dahlia

6 Rollin Cheese
6 Tempura roll
3 Gyozas
3 Kara-Age



www.zen-sai.com

Prix nets en Euros.
Photos non contractuelles.

NOS SPECIALITES

7,00 €
6 pièces



Tempura Roll



Yagi Roll



Hot Salmon Roll

14,00 €
10 pièces
- 0,50 € étudiant



Dahlia Roll



Baked Salmon Roll



Bigan Roll

Sashimi 6 pièces (env 100g)

Sashimi Saumon

Sashimi Ni Saumon



5,00 €

5,50 €

Chirashi 14 tranches (env 180g avec un bol de riz)

Chirashi Saumon

Chirashi Ni Saumon



11,50 €

12,00 €

ALA CARTE

Sushi 2 pièces

Sushi Saumon

Sushi Ni



4,50 €

4,90 €

Maki 6 pièces

Maki Saumon

Maki Avocat Cheese



6,00 €

6,00 €

California 8 pièces

California Saumon

California Tempura



6,70 €

7,20 €

Rollin`Sake 6 pièces

Rollin Cheese

Rollin Avocat



7,50 €

7,70 €

Crispy Roll 8 pièces

Crispy Saumon Fromage

Crispy Saumon Fumé



7,20 €

7,20 €

Midori Roll 8 pièces

Midori Poulet

Midori Végétarien



7,50 €

7,50 €

Kuro Roll 8 pièces

Kuro Saumon Pané

Kuro Cheese Tempura

Kuro Tofu

Kuro Poulet



7,50 €

7,70 €

7,50 €

7,50 €

Végétarien Sans gluten mcb* : menthe, ciboulette
Option Sans gluten Halal Fait maison Végan



ZEN-SAI

FUSION FOOD

FUSION FOOD



EDITION 2026

avec votre menu, plat ou poké (-0,50 € pour les étudiants)

+ 2 € un accompagnement
(au choix)



- riz
- soupe
- choux
- suppl 0,5€ riz vinaigré

+ 2 € un en-cas
(au choix)



- 2 gyozas
- 2 kara-age
- 2 cheese fry

Votre boisson

- + 1,50 € un expresso
- + 2,50 € une canette
- + 3,00 € un verre soft
- + 3,50 € un demi de bière,
- un verre de vin
- ou une liqueur



LITTLE 10,00 €

LITTLE SAUMON

10 pièces



2 Sushi Saumon
8 California Saumon

LITTLE MIX

11 pièces



8 Haru Saumon
3 Rollin Cheese

LITTLE TEMPURA

11 pièces



3 Rollin Cheese
8 California Tempura



LITTLE PLUS 10,50 €

LITTLE SUSHI

6 pièces



6 Sushi Saumon
(option Ni +1€)

LITTLE VEGGIE

13 pièces



8 Midori Végétarien
2 Gyozas Végétariens
2 Cheese Fry

LITTLE SPECIALITE

7 pièces



6 Tempura Roll
1 Salade Niji



SASHIMI

servi par 6 ≈ 100g



SASHIMI SAUMON

SAUCE SALEE 6,00 €



SASHIMI NI

6,50 €

CHIRASHI

servi par 14 ≈ 180g



CHIRASHI SAUMON

SAUCE SALEE 13,50 €
sur riz vinaigré



CHIRASHI NI

14,50 €
sur riz nature



PARTY 16,00 €

CHICKEN PARTY

18 pièces



8 Kuro Poulet
2 Kara-Age
8 Midori Poulet

VEGGIE PARTY

17 pièces



6 Yagi Roll
8 Kuro Végétarien
1 Salade Tofu

TEMPURA PARTY

16 pièces



6 Tempura Roll
8 California Tempura
2 Gyozas



PARTY PLUS 18,00 €

CLASSIQUE PARTY

19 pièces



6 Maki Saumon
8 California Saumon
2 Sushi Saumon
3 Sashimi Saumon

INNOVATION PARTY

17 pièces



3 Sashimi Ni
2 Sushi Ni
2 Gyozas
8 Kuro Cheese Tempura
2 Ebi-Fry

SPECIALITE PARTY

11 pièces

vers.



1 Spécialité de 10 Pièces au choix
1 Tartare Saumon Mariné



ZEN-SAÏ 35,00 €

ZEN-SAÏ LOVE

36 pièces



8 Haru Saumon
8 California Tempura
8 Crispy Saumon Fumé
4 Sushi Saumon
8 Sashimi Ni Saumon

ZEN-SAÏ DUO

34 pièces



2 Kara-Age
6 Tempura Roll
8 Rollin Cheese
8 California Tempura
2 Gyozas
2 Yakitori Saumon
6 Hot Salmon Roll



Végétarien



Pimenté



Il est recommandé de déguster ce plat avec la sauce salée



Option Sans gluten



SHINOBI 50 €



50 pièces

- 10 Dahlia
- 6 Rollin Cheese
- 6 Tempura Roll
- 3 Gyozas
- 6 Sushi Saumon
- 8 California Saumon
- 8 California Tempura
- 3 Kara-Age



JANKENPON 75 €



75 pièces

- 6 Sushi Saumon
- 10 Dahlia
- 6 Tempura Roll
- 6 Hot Salmon
- 8 Haru Saumon
- 6 Rollin Cheese
- 3 Rollin Avocat
- 6 Maki Saumon
- 8 California Saumon
- 8 California Tempura
- 4 Kara-Age
- 4 Gyoza



SAIYAJIN 100€



100 pièces

- 8 Sushi Saumon
- 6 Maki Saumon
- 8 California Saumon
- 8 California Tempura
- 8 Crispy Saumon Fromage
- 6 Rollin Cheese
- 3 Rollin Avocat
- 8 Haru Saumon
- 8 Sashimi Ni
- 4 Gyozas
- 4 Kara-Age
- 4 Ebi-Fry
- 6 Tempura Roll
- 6 Hot Salmon Roll
- 6 Yagi Roll
- 10 Dahlia



SPECIALITES 7,00 € (6 pièces)



Tempura Roll

Fromage, saumon, mcb*



Yagi Roll

Chèvre, miel, noix



Hot Salmon Roll

Saumon, avocat, sriracha, mc*, mcb*



SPECIALITES 14,00 € (10 pièces)



(-0,50 € pour les étudiants)



Dahlia Roll

Crevette tempura, fromage, avocat, saumon fumé maison, saumon braisé



Baked Salmon Roll

Saumon, avocat, sauce spicy, oignons frits



Bigan Roll

Tofu frit, aubergine panée, avocat, osaka, oignon frit et pickles, mc* topping, tempura-ko, mcb*



DONBURI 13,00 € servi avec crudités



nouilles à la place du riz suppl + 1,00 €

-0,50 € pour les étudiants

DONBURI

Tori Katsu Don

poulet pané sauce tonkatsu

Poulet Teriyaki

poulet mariné sauce teriyaki

Gyudon

plat traditionnel au boeuf mijoté

Saumon Teriyaki

saumon cuit à la sauce teriyaki



NOUVEAU

DONBURI KARE (CURRY)

(avec panure japonaise)

Tori Kare (poulet)

Tofu Kare (tofu)

Sake Kare (saumon)

Ebi-Fry Kare (crevette)

NOUVEAU



mcb* : menthe, ciboulette mc* : menthe, coriandre



Il est recommandé de déguster ce plat chaud



Pimenté



Végétarien



Végan



Option Sans gluten

ACCOMPAGNEMENTS



Choux
2,50 €

Riz nature 2,50 €
Riz Vinaigré 3,00 €

Soupe Miso
2,50 €

APERITIF



Edamame
4,00 €

SALADE

NOUVEAU

Tartare Saumon Mariné petit 7,50 € grand 13,50 €
saumon mariné, avocat, sésame, riz vinaigré, mcb*
* Possibilité de changer le riz par du chou

Tartare Saumon petit 6,50 € grand 12,00 €
saumon, avocat, sésame, riz vinaigré, mcb*
* Possibilité de changer le riz par du chou

Salade Tofu petit 6,50 € grand 12,00 €
tofu frit, salade, feve, sésame, mcb*
concombre&algue, oignons pickles

Salade Niji petit 6,50 € grand 12,00 €
choux, osaka, poivron, oignon, sésame, mcb*



PETITE FAIM

FRIED & YUMMY

- Gyozas, (poulet&légumes 4 pièces) 5,00€
- Gyozas, (légumes 4 pièces) 5,00€
- Ebi-Fry, (crevettes panées 3 pièces) 5,00 €
- Kare-Age, (poulet gingembre 4 pièces) 5,50 €
- Cheese-Fry, (fromage pané 4 pièces) 5,00 €
- Supplément Guacamole 3,00 €
- Yakitori Saumon, (2 pièces) 5,50 €

MIX A PARTAGER (ou pas)

(8 pièces)

8 €

2 Gyozas, 2 Ebi-Fry, 2 Kara-Age, 2 Cheese-Fry

NOUVEAU

GUA BAO 9,00 € servi par deux

pain doux et moelleux garni de guacamole, salade, pickles, mcb*, sésame, sauce teriyaki

- Gua Bao Poulet
- Gua Bao Halloumi
- Gua Bao Saumon Pané
- Gua Bao Tofu



POKE BOWL 13,00 € avec 5 légumes & crudités

nouilles à la place du riz suppl + 1,00 €
-0,50 € pour les étudiants



- Poké Végé
- Poké Poulet
- Poké Saumon
- Poké Saumon Pané
- Poké Ebi-Fry



NOUVEAU





LES CLASSIQUES

Sushi

Poisson cru déposé délicatement sur un lit de riz vinaigré.
2 pièces



Sushi Saumon
4,50 €



Sushi Ni
4,90 €

Maki

Le Maki est un rouleau entouré d'une feuille d'algue.
6 pièces



Maki Saumon
6,00 €



Maki Avocat Cheese
6,00 €

California

Le California est un maki inversé.
8 pièces



California Saumon
Saumon, avocat
6,70 €



California Tempura
Crevette, avocat, ss*
7,20 €



NOS CREATIONS

Rollin`Sake

Une robe de saumon frais et un coeur de fromage.
6 pièces



Rollin Cheese
7,50 €



Rollin Avocat
7,70 €

Crispy Roll

Un California avec de l'oignon frit.
8 pièces



Crispy Saumon Fromage
Saumon, fromage, avocat
7,20 €



Crispy Saumon Fumé
Saumon fumé maison, fromage
7,20 €

Midori Roll

Un California enrobé d'une préparation d'herbes et d'épices maison.
8 pièces



Midori Poulet
Fromage, poulet, poireau
7,50 €



Midori Végétarien
Fromage, concombre, avocat, oignon pickles, mc*
7,50 €

NOUVEAU

Kuro Roll

Un roll enrobé d'un de sésame noir et blanc
8 pièces



Kuro Saumon Pané
Saumon pané, concombre, mc*, salade niji
7,50 €



Kuro Cheese Tempura
Crevette Tempura, concombre, mc*, salade niji, fromage
7,70 €



Kuro Poulet
Poulet, concombre, mc*, salade niji
7,50 €



Kuro Tofu
Tofu, concombre, mc*, salade niji
7,50 €

Haru Roll

Entouré d'une galette de riz, le haru roll est d'une fraîcheur incomparable.
8 pièces



Haru Saumon
Saumon, avocat, mc*, ss**
7,50 €



Haru Saumon Fumé
Saumon fumé, avocat, mc*, fromage
7,50 €



Haru Poulet
Poulet, avocat, oignon pickles, mc*, ss**
7,50 €



Haru Crevette Tempura
Crevette tempura, avocat, mc*, ss**
7,90 €



Haru Chèvre-Miel
Chèvre, miel, noix concassée, oignon pickles
7,50 €



Haru Cheese Aubergine
Aubergine, fromage, avocat, sriracha, oignon pickles, mc*
7,70 €



Haru Cheese Poulet
Poulet, avocat, oignon pickles sriracha, fromage, mc*
7,70 €



Haru Cheese Tempura
Crevette tempura, fromage, avocat, sriracha, mc*, pickles
7,90 €

DESSERTS 5,90 €



Glace Tempura

REVISITE



Crème brûlée au sésame noir



Tiramisu au Thé Matcha



Cheesecake au yuzu
coulis mangue

à l'exception des gyozas et ebi-fry,
tous nos plats et sauces sont
confectionnés maison et avec des produits frais

• LIVRAISON • CLICK & COLLECT •
• SUR PLACE • A EMPORTER • TRAITEUR •

 Sans gluten

Photos non contractuelles.

