



CARTE DU MIDI

SUIVEZ NOUS
@ISEO_RESTAURANT

APÉRITIFS

Pineau des Charentes Blanc - 6cl	5,20€
Pineau des Charentes Rouge - 6cl	5,20€
Muscat de Rivesaltes - 6cl	4,80€
Kir Vin Blanc - 10cl <i>Cassis, Mûre, Framboise ou Pêche</i>	5,20€
Kir Royal - 10cl <i>Cassis, Mûre, Framboise ou Pêche</i>	10,00€
Martini Blanc - 6cl	5,20€
Martini Rouge - 6cl	5,20€
Campari - 6cl	5,20€
Porto Rouge - 6cl	5,20€
Ricard - 2cl	4,50€
Pastis 51 - 2cl	4,50€
Perroquet - 2cl	5,00€
Tomate - 2cl	5,00€
Moresque - 2cl	5,00€
Suze - 4cl	4,50€
Américano - 10cl	6,80€
Ti Punch - 6cl	7,00€
Cognac Schweppes - 16cl	7,50€
Vodka Fjorowka - 4cl <i>France</i>	7,00€
Supplément soda	1,00€

SPIRITUEUX

WHISKYS & BOURBONS	
Johnnie Walker "Red Label" - 4cl <i>Écosse</i>	7,50€
Aberlour 10 ans - 4cl <i>Écosse</i>	10,00€
Jack Daniel's - 4cl <i>USA</i>	8,00€
Four Roses - 4cl <i>USA</i>	8,00€
Supplément soda	1,00€
RHUMS	
Havana 3 ans - 4cl <i>Cuba</i>	7,50€
Havana Especial - 4cl <i>Cuba</i>	8,50€
Diplomatico Reserva Exclusiva - 4cl <i>Venezuela</i>	9,50€
Bumbu XO - 4cl <i>Panama</i>	11,00€
Zacapa 23 ans - 4cl <i>Guatemala</i>	12,00€
Supplément soda	1,00€
GIN S	
LionHeart - 4cl <i>France</i>	7,50€
Hendrick's - 4cl <i>Écosse</i>	9,00€
Ki No Bi - 4cl <i>Japon</i>	14,00€
Supplément Tonic	1,00€

BIÈRES

COGNACS		
VS - 4cl	6,50€	
VSOP Rémy Martin - 4cl	9,50€	
Martell Cordon Bleu - 4cl	24,00€	
PRESSIONS		
	- 25cl -	- 50cl -
Ginette Blonde Bio <i>Belgique</i>	4,50€	8,50€
Leffe Blonde <i>Belgique</i>	5,00€	9,50€
Goose IPA <i>USA</i>	5,00€	9,50€
Bière Sirop	4,60€	8,60€
Monaco	4,50€	8,50€
Panaché	4,50€	8,50€
Picon	5,00€	9,00€
BOUTEILLES		
Asahi - 33cl <i>Japon</i>	5,50€	
Singha - 33cl <i>Thaïlande</i>	5,50€	
Hoegaarden - 33cl <i>Belgique</i>	5,50€	
Heineken 0,0% - 33cl <i>Pays Bas</i>	5,00€	

DIGESTIFS

Armagnac - 4c	7,50€
Calvados - 4cl	7,50€
Poire Williams - 4cl	7,80€
Baileys - 6cl	6,80€
Get 27 - 6cl	6,80€
Get 31 - 6cl	6,80€
Saké Bijito - 6cl	6,80€
Amaretto - 6cl	6,50€
Shooters - 4cl	3,50€

- Téquila Passion,
- Madelaine,
- Get 27,
- Get 31,
- Orgasme...

Autres shooters disponibles à la demande.

SOFTS

Badoit - 75cl	6,00€
Evian - 75cl	6,00€
Badoit Rouge - 33cl	4,50€
Coca Cola - 33cl	4,50€
Coca Cola Zéro - 33cl	4,50€
Fanta - 25cl	4,50€
Fuze Tea - 25cl	4,50€
Sprite - 25cl	4,50€
Schweppes Tonic - 25cl	4,50€
Schweppes Agrumes - 25cl	4,50€
Jus de Fruit Pago - 20cl	4,00€
Abricot, Ananas, Orange, Pomme, Tomate ou Tropical	
	- 25cl - 50cl -
Sirop à l'Eau	3,00€ 5,50€
Citron, Fraise, Grenadine, Melon, Menthe, Orgeat ou Pêche.	
Diabolo	4,20€ 6,50€
Citron, Fraise, Grenadine, Melon, Menthe, Orgeat ou Pêche.	
Limonade	4,00€ 6,00€

BOISSONS CHAUDES

Espresso	2,50€
Décaféiné	2,50€
Ristretto	2,50€
Double Espresso	4,90€
Café allongé	2,50€
Décaféiné allongé	2,50€
Café Crème	3,90€
Latte	5,20€
Noisette	2,80€
Cappuccino	4,80€
Chocolat Chaud	4,50€
Thé & Infusion	4,50€
Irish Coffee	9,50€
& déclinaisons	

ROUGES

CHARENTE

Charente IGP _____ Bouteille : 26,00€
Maine au bois IGP
Merlot

PAYS DE LA LOIRE

Saumur Champigny AOP _____ Verre : 6,00€
Les Chanteraines _____ Pichet : 22,00€
Cabernet Franc _____ Bouteille : 32,00€

BOURGOGNE

Hautes-Côtes de Nuits AOC _____ 42,00€
Domaine Cornu
Pinot Noir

Chorey-les-Beaune AOC _____ 55,00€
Dominique Laurent Viellies Vignes
Pinot Noir

Nuits-Saint-Georges AOC _____ 95,00€
Frédéric Magnien - Vieilles Vignes
Pinot Noir

VALLÉE DU RHÔNE

Vacqueyras AOC _____ 39,00€
Domaines les Ondines
Grenache, Syrah, Mourvedre
♥ Vin bio

Crozes-Hermitage AOP _____ 40,00€
Domaine de la Ville Rouge
Syrah
♥ Vin bio

BORDEAUX

Haut-Médoc AOP _____ Verre : 6,50€
Victoria II _____ Pichet : 23,00€
Merlot, Cabernet Sauvignon, _____ Bouteille : 35,00€
Petit Verdot

Lalande de Pomerol AOP _____ 39,00€
Château la Croix Saint-André
Merlot, Cabernet Franc

Saint-Emilion AOC _____ 44,00€
Clos Petit Corbin
Merlot, Cabernet Franc

Saint-Estèphe AOC _____ 74,00€
Le Marquis de Calon Ségur
Cabernet sauvignon, merlot et cabernet franc

ROUSSILLION

Côtes du Roussillon Villages AOP _____ 28,00€
Le Petit Dernier
Domaine Chemin Faisant
Grenache, Carignan, Syrah

Pic Saint-Loup AOP _____ 39,00€
Vignoble des 3 Châteaux
Terre Haute Altitude 192
Syrah, Grenache

ESPAGNE

Rioja AOP _____ Verre : 6,50€
Marqués de Cáceres _____ Pichet : 23,00€
Excellens Cuvée Especial - Tempranillo _____ Bouteille : 35,00€
♥ Vin Vegan

ROSÉS

CHARENTE

Domaine de l'Estuaire _____ Verre : 5,00€
IGP charentais, L'Égail _____ Bouteille : 26,00€
Merlot, Cabernet Franc

PROVENCE

Sable de Camargue AOP _____ Verre : 6,00€
Domaine du Petit Chaumont _____ Pichet : 22,00€
Carigan, Cinsault, Grenache _____ Bouteille : 32,00€
♥ Vin bio

BLANCS

CHARENTE

Maine au Bois _____ Verre : 5,00€
Charente IGP _____ Pichet : 18,00€
Sauvignon _____ Bouteille : 26,00€

Domaine de l'Estuaire _____ Verre : 5,00€
Chenin _____ Bouteille : 26,00€

PAYS DE LA LOIRE

Muscadet Sèvre et Maine AOC _____ 27,00€
Château de la Mouchetière
Melon de Bourgogne

Sancerre AOC _____
Pascal Jolivet _____ Verre : 9,00€
Sauvignon _____ Bouteille : 48,00€

BOURGOGNE

Bourgogne Aligoté AOC _____ 30,00€
Les planchants
Aligoté

Chablis AOP _____ 45,00€
L&C Poitout
Chardonnay

Meursault AOC _____ 79,50€
Vincent Girardin - Vieilles Vignes
Chardonnay

Pouilly Fuissé AOC _____ 48,00€
Les Gavouilles
Chardonnay

VALLÉE DU RHÔNE

Côtes du Rhône AOC _____ 37,00€
E.Guigal - Château D'ampuis
Viognier, Roussanne, Marsanne,
Clairette, Bourboulenc, Grenache Blanc

BORDEAUX

Graves AOP _____ 34,00€
Château Haut Selve
Sauvignon Blanc, Sémillon

ALSACE

Alsace AOP _____ 33,00€
Cuvée Gyotaku Terre d'Étoiles
Domaine Christophe Mitnacht
Pinot Blanc, Gewurztraminer,
Pinot Gris, Riesling, Muscat
Vin bio

SUD-OUEST

Pacherenc du Vic-Bilh AOC _____ Verre : 7,00€
Collection Plaimont _____ Pichet : 23,00€
Petit courbe, Petit Manseng,
Gros Manseng _____ Bouteille : 35,00€

PAYS D'OC

Pays d'Oc IGP _____ Verre : 6,00€
Moment de Plaisir _____ Pichet : 18,00€
Vermentino, Viognier, Sauvignon _____ Bouteille : 27,00€

AFRIQUE DU SUD

Maison Audace _____ 23,00€
Chardonnay

CHAMPAGNES

Paul Romain _____ 10,00€
Coupe de champagne - 10cl

Champagne du moment _____ 55,00€
Bouteille - Reserve Exclusive Brut

R de Ruinart _____ 90,00€
Bouteille - Brut

R de Ruinart _____ 100,00€
Bouteille - Rosé

R de Ruinart _____ 140,00€
Bouteille - Blanc de blancs



MENU BISTROT

ENTRÉES

Suggestion entrée du jour,
voir « ardoise ».

Croustillants d'encornets,
avocat et sauce carotte BY MAY.



Possibilité de transformer
l'entrée en plat avec double dose.

Croustillant de chèvre chaud,
magret de canard fumé et noix.

Carpaccio de saumon aux agrumes,
et sauce Miso.

Petits nems au porc,
menthe et coriandre fraîches (3 pièces).

Samoussas au bœuf et mozzarella,
façon ISÉO (2 pièces).

Assiette de crevettes roses,
et mayonnaise maison.

Assiette de bulots frais,
et mayonnaise maison.

PLATS

Suggestion plat du jour,
voir « ardoise ».

Marmite de poissons frais du moment,
curry rouge, lait de coco.

Wok de bœuf,
émincés d'entrecôte et bavette d'ail, curry rouge, lait de coco.

Cocotte de poulet désossé 
à la crème de curry jaune et lait de coco,
légèrement relevée.

Makis 12 pièces,
thon et saumon entremêlés,
avocat, concombre, carotte et crevette.

Tartare de thon au gingembre,
avocat, concombre et herbes fraîches,
frites maison.

Marmite de moules,
recette au choix :
- Marinière,
- Crème de curry jaune,
- Basilic Thaï.
Accompagnées de frites maison.

Salade BoBun au bœuf,
salade, vermicelles, nems au porc, bœuf sauté
aux oignons, carottes, concombres, soja, menthe
et coriandre.

Salade BoBun végétarienne au tofu,
salade, vermicelles, enroulés végétariens,
carottes, concombres, soja, menthe
et coriandre.

Poke Bowl au saumon 
quinoa, riz japonais, tomates cerises, pomme
Granny Smith, sauce miso à base d'arachide.

DESSERTS

Prix à la carte :

Entrée _ 9,50€ Plat _ 18,00€ Dessert _ 9,50€

Suggestion dessert du jour,
voir « ardoise ».

Charlotte aux pêches,
mascarpone, fromage blanc
et coulis de mangue.

Brownie au chocolat,
noisettes, amandes et sa glace vanille.

Tarte aux poires,
crème d'amandes et caramel beurre salé.

Profiterole,
chou craquelin maison, glace vanille
et chocolat fondu. +1€

Duo glacé ,
vanille, chocolat, caramel
passion, framboise, ou citron vert.

En cas d'allergie ou d'intolérance
merci de le préciser lors de la commande.

Les prix sont indiqués en euro TTC, taxes et services compris



MENU ISÉO

ENTRÉES

Suggestion entrée du jour,
voir « ardoise ».

Sushis au foie gras +4€
(2 pièces).

Enroulés de gambas,
mozzarella et légumes (2 pièces).

Tartare de thon au gingembre,
avocat, concombre et herbes fraîches.

Raviolis aux crevettes,
et petits légumes à la vapeur.

Assiette de 6 huîtres, +2€
LAMBERT : Spéciales N°3.

Assiette de langoustines, +2€
et mayonnaise maison (4 pièces).

Croustillants d'encornets,
avocat et sauce carotte BY MAY.
Possibilité de transformer
l'entrée en plat avec double dose.



Croustillant de chèvre chaud,
magret de canard fumé et noix.

Carpaccio de saumon aux agrumes,
et sauce Miso.

Petits nems au porc,
menthe et coriandre fraîches (4 pièces).

Samoussas au bœuf et mozzarella,
façon ISÉO (2 pièces).

Assiette de crevettes roses,
et mayonnaise maison.

Assiette de bulots frais,
et mayonnaise maison.

PLATS

Suggestion plat du jour,
voir « ardoise ».

Wok de Saint-Jacques,
curry rouge, lait de coco.

Assiette japonaise,
thon et saumon entremêlés
makis, sushis, sashimis (10 pièces).

Entrecôte (250g) marinée au Saké, +4€
gingembre, frites maison.

Magret de canard à la plancha,
et son riz japonais miel et soja.
Supplément foie gras poêlé +4€

Marmite de poissons frais du moment,
curry rouge, lait de coco.

Wok de bœuf
émincés d'entrecôte et de bavette d'ailloyau,
curry rouge, lait de coco.

Cocotte de poulet désossé, 
à la crème de curry jaune
et lait de coco, légèrement relevée.

Makis 12 pièces,
thon et saumon entremêlés,
avocat, concombre, carotte et crevette.

Tartare de thon au gingembre,
avocat, concombre et herbes fraîches,
frites maison.

Salade BoBun au bœuf,
salade, vermicelles, nems au porc, bœuf sauté
aux oignons, carottes, concombres, soja,
menthe et coriandre.

Salade BoBun végétarienne au tofu,
salade, vermicelles, enroulés végétariens, carottes,
concombres, soja, menthe et coriandre.

DESSERTS

Prix à la carte :

Entrée _ 9,50€ Plat _ 20,90€ Dessert _ 9,50€

Marmite de moules,
recette au choix :
- Marinière,
- Crème de curry jaune,
- Basilic Thai.
Accompagnées de frites maison.

Poke Bowl au saumon ,
quinoa, riz japonais, tomates cerises, pomme
Granny Smith, sauce miso à base d'arachide.

Suggestion dessert du jour,
voir « ardoise ».

Fondant au chocolat,
et sa crème anglaise.

Tarte Tatin,
et sa glace vanille.

Nems chocolat banane,
et glace vanille (2 pièces).

Thé ou Café Gourmand,
assortiment de 4 mignardises.

Charlotte aux pêches,
mascarpone, fromage blanc et coulis de mangue.

Brownie au chocolat,
noisettes, amandes et sa glace vanille.

Tarte aux poires,
crème d'amandes et caramel beurre salé.

Profiterole,
chou craquelin maison, glace vanille
et chocolat fondu.

Trio glacé,
Vanille, Chocolat, Café, Caramel, Passion,
Framboise, Citron Vert.

En cas d'allergie ou d'intolérance
merci de le préciser lors de la commande.

Les prix sont indiqués en euro TTC, taxes et services compris

À LA CARTE

LA PLANCHE 20,00€

Croustillants d'encornets,
enroulés de gambas, samoussas au boeuf,
nems au porc et son trio de sauces.

CATAPLANA

Plat Signature Iséo 2 personnes 49,00€
aux saveurs d'Asie. 3 personnes 73,50€

*Grande Cataplana aux Saint-Jacques, gambas, saumon,
langoustines, poissons frais du moment et chorizo.
Servi avec sa sauce au curry rouge, lait de coco
et crème de curcuma.*

Accompagnée de riz au jasmin.

MOULES 16,00€

Recette au choix :

- Marinière ;
- Crème de curry jaune ;
- Basilic Thaï.

Accompagnées de frites maison.

HOMARD GRILLÉ À LA PLANCHA

Homard et son corail grillés à la plancha,
préparés avec une onctueuse sauce
au curry rouge et basilic Thaï.

*Sur commande 48 h à l'avance
Prix sur demande en fonction du poids.*

LES FRUITS DE MER

ASSIETTE DE LA MER 26,00€

3 huîtres spéciales N°3
de chez Lambert ;
3 langoustines ;
3 crevettes roses ;
bulots.

PLATEAU BISTROT 33,00€

4 huîtres spéciales N°3
de chez Lambert ;
4 langoustines ;
4 crevettes roses ;
1/2 tourteau ;
bulots.

PLATEAU ISÉO 39,00€

6 huîtres spéciales N°3
de chez Lambert ;
6 langoustines ;
6 crevettes roses ;
1/2 tourteau ;
bulots.

HUÎTRES SPÉCIALES DE CHEZ LAMBERT N°3

6 pièces 13,90€
12 pièces 25,00€

ASSIETTES

Assiette de bulots 9,50€
Assiette de crevettes 9,50€
1/2 Tourteau 8,70€
Assiette de 4 langoustines 9,50€
Assiette de 8 langoustines 16,90€

*En cas d'allergie ou d'intolérance
merci de le préciser lors de la commande.*

Les prix sont indiqués en euro TTC, taxes et services compris

SPÉCIALITÉS JAPONAISES

MAKIS

8 pièces _____ 14,00€

12 pièces _____ 18,00€

16 pièces _____ 22,00€

SUSHIS

8 pièces _____ 16,00€

12 pièces _____ 24,00€

16 pièces _____ 30,00€

SASHIMIS

8 pièces _____ 16,00€

12 pièces _____ 24,00€

16 pièces _____ 30,00€

PLATEAUX MIXTES SUSHIS & MAKIS

8 pièces _____ 15,00€

12 pièces _____ 22,00€

16 pièces _____ 28,00€

PLATEAUX MIXTES SUSHIS, MAKIS & SASHIMIS

12 pièces _____ 24,00€

16 pièces _____ 30,00€



*En cas d'allergie ou d'intolérance
merci de le préciser lors de la commande.
Les prix sont indiqués en euro TTC, taxes et services compris*

MENU ENFANT _____ 12,00€

BOISSON

Sirop à l'eau :

*fraise, grenadine, menthe,
pêche, melon, citron et orgeat*

PLAT

Poisson pané

*accompagnement au choix :
riz nature ou frites maison*

- ou -

Steak haché

*accompagnement au choix :
riz nature ou frites maison*

DESSERT

**Brownie au chocolat,
noisettes et amandes**

- ou -

Glace aux Smarties

*Le menu enfant est réservé
pour les enfants de moins de 12 ans.*

LES SECRETS DE MAY



5,50€

Mangue • Carotte • Betterave
selon disponibilité

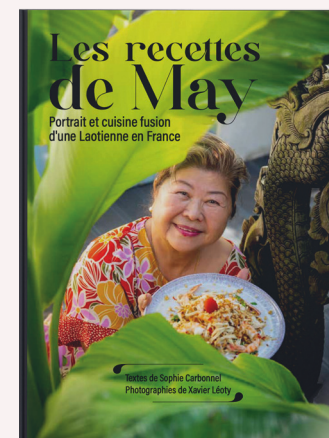
Repartez avec
**VOTRE POT
DE SAUCE MAY**
à la maison !

Commandez
en ligne sur notre site
lessecretsdemay.fr



Découvrez
quelques secrets de May.

Plus qu'un **LIVRE
DE RECETTES**,
c'est la vie de May
et de sa famille
qui est retranscrit dans
une biographie gourmande.



RÉSERVATIONS DE GROUPE !

Vous organisez un repas
d'entreprise ou un séminaire ?

Envoyez-nous un mail
avec la date de votre événement,
votre budget et le nombre
de convives à l'adresse suivante :

reservations.iseolarochelle@gmail.com

RECRUTEMENT !

Vous souhaitez rejoindre l'équipe ?
Un CDI, une saison ou des extras ?

Faites nous parvenir votre
candidature à l'adresse suivante :

recrutementiseoamore@gmail.com

NOTRE SYSTÈME DE FIDÉLITÉ !

Vous êtes nombreux à nous
accorder votre confiance et ce
depuis des années !

Nous avons mis en place
un système de fidélité avec
l'application Pongo !

Avant de partir,
passez à la caisse pour cumuler
vos points de fidélité !

Un voyage en Thaïlande est
à la clé !

ISÉO CHEZ VOUS !

Nous avons mis en place
un système de *Click & Collect*
sur notre site internet.

Commandez en ligne
et venez récupérer
votre commande
ou faites vous livrer
sur **Uber Eats**.