

# L'Essentiel

Département Tarn



Crédit : Salle (L'essentiel)



Nous sommes Alysia et Adel, gérants de L'Essentiel depuis août 2022. L'Essentiel est un café, restaurant, épicerie et multi-services que nous gérons ensemble. Dans cet espace, nous avons créé une atmosphère conviviale, chaleureuse et familiale.

## Infos pratiques

Catégorie : Restaurants

# Description

Nous sommes Alycia et Adel, gérants de L'Essentiel depuis août 2022. L'Essentiel est un café, restaurant, épicerie et multi-services que nous gérons ensemble. Dans cet espace, nous avons créé une atmosphère conviviale, chaleureuse et familiale.

# Situation géographique



# Toutes les informations pratiques

## Informations pratiques

### Ouverture:

Du 01/01 au 31/12/2026 le mardi de 7h30 à 14h et de 16h à 19h. Le jeudi de 8h à 14h. Le samedi à partir de 9h et de 18h à 22h. Le lundi et mercredi de 7h30 à 14h. Fermé le vendredi et dimanche.

Fermé lundi soir, mercredi soir, jeudi soir, vendredi midi, vendredi soir, samedi midi, dimanche midi et dimanche soir.

### Tarifs:

A la carte : de 12 à 19 €

Menu enfant : 7 €

Plat du jour : 10,90 €

Menu du jour : de 13,90 à 16,90 €.

### Modes de paiement:

Carte bancaire/crédit, Chèque, Espèces

### Services:

Animaux acceptés, Accès Internet Wifi, Restauration, Plats à emporter/Plats cuisinés, Restauration enfants, Salon de thé / Coffee shop, Bistrot / bar à vin

Fiche mise à jour par Office de Tourisme La Toscane Occitane le 28/01/2026

## Contact

216 route de Técou

81600 Técou

Tél. 05 67 67 41 28

[lessentiel.tecou@gmail.com](mailto:lessentiel.tecou@gmail.com)

<https://lessentiel-tecou.metro.rest/?lang=fr>