

Paris Centre  
Menus du 03/01/2022 au 07/01/2022

# Menu de la semaine

Lundi

-  Salade de betteraves bio
-  Vinaigrette moutarde bio
-  Sauté de boeuf lr sauce dijonnaise (moutarde)
-  Fricassée de lentilles bio, légumes bio et pdt bio
-  Lentilles mijotées bio
-  Vache qui rit bio
-  Orange bio

Mardi

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

-  Carottes râpées bio
-  Grinioc épautre et légumes bio
-  Haricots verts bio  
Pommes noisette
-  Yaourt nature de Sigy lcl  
Compote de pommes et abricots allégée en sucres

Mercredi

Jeudi

\*\*Partage de la galette\*\* \*\* Menu Végétarien \*\*

-  Salade verte bio
-  Vinaigrette moutarde bio
-  Omelette bio
-  Epinards branches bio à la béchamel
-  Petit suisse nature bio
- Galette des Rois

Vendredi

-  Endives bio
-  Vinaigrette bio balsamique
-  Sauté de porc\* lr sauce forestière (champignons)  
Pommes de terre au fromage à tartiflette
-  Coquillettes bio
- Saint môret
-  Purée de pomme fraîche bio du chef

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Sogeres  
RESTAURATEUR



Label Rouge



Local



Plat du chef

Paris Centre  
Menus du 10/01/2022 au 14/01/2022

# Menu de la semaine

**Lundi**

**\*\*\* Menu Végétarien \*\*\***

Duo de coeurs de palmiers et  
maïs

 Vinaigrette moutarde bio

 Dahl de lentilles corails et riz  
bio

 Pont l'Evêque aop

 Pomme bio de producteur  
local

**Mardi**

 Carottes râpées bio

Brandade de poisson PMD  
Tajine pois chiches, patate douce,  
boulgour

 Fromage blanc bio

 Kiwi bio

**Mercredi**

**Jeudi**

**\*\*\* Menu Végétarien \*\*\***

Soupe montagnarde (ail, carotte,  
céleri, oignon, poireau, pdt,  
crème)

 Pâtes bio, brocolis bio cheddar  
et mozzarella

Emmental

 Banane bio

**Vendredi**

**\*\*\* Bar à entrée \*\*\***

Crêpe au fromage  
Saucisson sec  
Guacamole au fromage blanc

 Rôti de veau bio  
sauce façon orientale

 Couscous de légumes bio

 Légumes couscous bio

 Semoule bio

 Yaourt nature local bio Quart  
de lait

Crème de marron

 Clementine bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Sogeres  
RESTAURATEUR



Agriculture  
Biologique



Appellation d'Origine  
Protégée

Paris Centre  
Menus du 17/01/2022 au 21/01/2022

# Menu de la semaine

Lundi

Radis roses  
et beurre

Saucisse chipolatas\*  
Nuggets de blé

 Petits pois bio

 Camembert bio

 Kiwi bio

Mardi

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

 Œuf dur bio

 Mayonnaise bio

 Pâtes bio à la ratatouille et aux  
lentilles corail  
et emmental râpé

 Yaourt bio nature

Coupelle de purée de pommes et  
ananas

Mercredi

Jeudi

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

 Salade verte bio

 Vinaigrette moutarde bio

Parmentier de lentilles vertes

 Fromage blanc bio  
Tarte noix de coco et framboise

Vendredi

 Endives bio

 Vinaigrette bio aux herbes

Filet de colin d'Alaska PMD sauce  
carotte

 Quenelle bio sauce tomate

 Riz bio

 Edam bio

Lacté saveur chocolat

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Paris Centre  
Menus du 24/01/2022 au 28/01/2022

# Menu de la semaine

Lundi

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

-  Salade de betteraves bio
-  Vinaigrette bio balsamique
- 
-  Chili sin carne bio et riz bio
- 
-  Yaourt bio nature
- 
-  Orange bio

Mardi

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*\*\*Bar à dessert \*\*\*

-  Salade verte bio
-  Vinaigrette bio moutarde à l'ancienne
- 
- Nuggets de blé
-  Purée de brocolis et pdt bio
- 
-  Fromage blanc bio
- 
- Pêches au sirop
- Compote de pommes et abricots allégée en sucres
- Cocktail de fruits

Mercredi

Jeudi

\*\*\*Les pas pareille\*\*\*

-  Chou blanc bio
- 
-  Blanquette de veau bio vanillé
- Emincé végétal sauce façon blanquette à la vanille
-  Carottes bio fraîches
- 
-  Gouda bio
- 
-  Gâteau cacao façon financier du chef (farine locale)

Vendredi

-  Potage de légumes variés bio
- 
-  Rôti de porc\* Ir jus aux oignons
-  Omelette bio du chef
-  Haricots verts bio
- 
- Camembert
- 
-  Banane bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Sogeres  
RESTAURATEUR



Paris Centre  
Menus du 31/01/2022 au 04/02/2022

# Menu de la semaine

Lundi

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

Champignons émincés

 Vinaigrette bio et citron

Sauce aux trois fromages

 Macaroni bio

 Fromage blanc bio

 Pomme bio

Mardi

 Chou blanc bio

 Vinaigrette bio au soja

Pavé de colin d'Alaska PMD  
sauce coco et citron vert

Epinard'mentier

 Riz bio

 Fromage blanc bio

Coulis de mangue

Rocher noix de coco

Mercredi

Jeudi

\*\*\* La fête des crêpes \*\*\*  
Menu Végétarien\*\*\*

Potage Crécy (carotte, pdt)

 Quenelle bio sauce tomate

 Haricots verts bio

Mimolette

Crêpe nature sucrée

 Pâte à tartiner bio

Vendredi

 Macédoine mayonnaise bio

 Saute de dinde lr sauce façon orientale

Nuggets de blé

 Semoule bio

 Légumes couscous bio

 Edam bio

 Clementine bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Sogeres  
RESTAURATEUR



Agriculture  
Biologique



Label Rouge

Paris Centre  
Menus du 07/02/2022 au 11/02/2022

# Menu de la semaine

Lundi

\*\*\*Bar à dessert \*\*\*

Velouté de potiron et pdt

 Sauté de bœuf lr sauce au thym

 Grinioc épautre et légumes bio

 Petits pois bio

 Fromage blanc bio

 Confiture de fraises bio

 Kiwi bio

Compote de pommes et cassis  
allégée en sucre  
Poire au sirop

Mardi

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

 Œuf dur bio

 Mayonnaise bio

Haricots rouges et maïs façon chili

 Riz bio

Carré

Pomme

Mercredi

Jeudi

\*\*Les pas pareille\*\* \*\* Menu  
Végétarien \*\*

 Carottes râpées bio locales

 Vinaigrette bio au miel

 Fricassée de lentilles bio,  
légumes bio et pdt bio

 Gouda bio

Purée poire panais

Vendredi

 Salade de betteraves bio

Filet de colin d'Alaska pané frais

 Blé aux légumes et basilic bio

 Epinards branche bio à la  
crème

 Saint Nectaire aop

 Banane bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Sogeres  
RESTAURATEUR



Agriculture  
Biologique



Appellation d'Origine  
Protégée



Label Rouge

Paris Centre  
Menus du 14/02/2022 au 18/02/2022

# Menu de la semaine

Lundi

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

 Carottes râpées bio locales

 Vinaigrette moutarde bio

 Fusilli bio aux épinards et chèvre du chef

 Fromage blanc bio

Pêches au sirop

Mardi

Pizza tomate et fromage

 Sauté de boeuf lr sauce forestière (champignons)  
Boulettes de sarrasin, lentilles et légumes

 Chou fleur bio

 Camembert bio

Clémentine

Mercredi

Jeudi

Soupe à la normande (H blanc, oignon, poireau, pdt, crème)

 Rôti de dinde lr au jus

 Dahl de lentilles corails et riz bio

 Carottes bio fraîche à la crème

Tartare nature

Banane

Vendredi

\*\*\*Bar à entrée\*\*\*

 Endives bio

 Vinaigrette moutarde bio  
Duo de coeur de palmiers et maïs

 Salade de betteraves bio

Rôti de porc\*LR sauce dijonnaise (moutarde)

Parmentier de lentilles vertes

 Purée du chef de pommes de terre bio lcl

 Cantal aop

 Orange bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Sogeres  
RESTAURATEUR



Agriculture  
Biologique



Appellation d'Origine  
Protégée



Label Rouge



Local



Plat du chef

# Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



# Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



# Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

