



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 1r sauce
dijonnaise (moutarde)

 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

Mercredi

 Potage cultivateur bio (carotte,
pdt, poireau, ch fleur, céleri, HV,
petits pois)

Pavé de merlu PMD sauce tomate

 Riz bio

Carré

 Clementine bio

 Baguette bio
Chocolat au lait (tablette)
Coupelle de purée de pommes et
fraises

 Lait bio briquette

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* 1r sauce
forestière (champignons)

 Pommes de terres bio
fromagères (fromage à tartiflette)

 Coquillettes bio

Mozarella et cheddar

  Purée de pomme fraîche bio
du chef

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Label Rouge



Local



Plat du chef

la cantine pas pareille



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

 Fromage blanc bio

 Clementine bio

Mercredi

 Salade verte bio

 Vinaigrette bio à l'échalote

Saute de dinde façon tajine sauce
poire miel cumin cannelle

 Blé bio

Mimolette

Pêches au sirop

 Baguette bio

Confiture de fraise

 Clementine bio

Yaourt à boire aromatisé abricot

Jeudi

*** Menu Végétarien ***

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

 Pâtes bio, brocolis bio cheddar
et mozzarella

 Banane bio

Vendredi

** Amuse-bouche: Marmelade d'orange **

Crêpe au fromage

 Rôti de veau bio
sauce façon orientale

 Légumes couscous bio

 Semoule bio

 Yaourt nature local bio Quart
de lait

Crème de marron

Amuse-bouche : Marmelade
d'orange

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture
Biologique



Appellation d'Origine
Protégée

la cantine pas pareille



Paris Centre

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



Menu de la semaine

Lundi

Saucisse chipolatas*

 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

Mercredi

Potage de haricots verts et pdt

 Goulash de boeuf lr

 Carottes bio fraîche à la crème

 Comté aoc

Clémentine

Madeleine
Coupelle de purée de pommes et ananas

 Lait bio briquette

Jeudi

*** Menu Végétarien ***

 Salade verte bio

 Vinaigrette moutarde bio

Parmentier de lentilles vertes

 Fromage blanc bio
Coupelle de purée de pommes et ananas

Vendredi

 Endives bio

 Vinaigrette bio aux herbes

Filet de colin d'Alaska PMD sauce carotte

 Riz bio

 Edam bio

Lacté saveur chocolat

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



la cantine pas pareille



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 ***

-  Salade verte bio
-  Vinaigrette bio moutarde à l'ancienne
- Nuggets de blé
-  Purée de brocolis et pdt bio
-  Fromage blanc bio

Mercredi

- Guacamole au fromage blanc
- Chips de maïs

- Pavé de merlu PMD sauce ciboulette

-  Semoule bio

-  Cantal aop

-  Ananas bio

-  Baguette bio
- Chocolat au lait (tablette)
- Jus de raisins (100 % jus)

Jeudi

*** Les pas pareille ***

-  Chou blanc bio

-  Blanquette de veau bio vanillé

-  Carottes bio fraîches

-  Gouda bio

-  Gâteau cacao façon financier du chef (farine locale)

Vendredi

-  Potage de légumes variés bio
- Duo de mozzarella et cheddar râpés

-  Rôti de porc* 1r jus aux oignons

-  Omelette bio du chef

-  Haricots verts bio

-  Banane bio

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture
Biologique



Appellation d'Origine
Protégée



Label Rouge



Plat du chef

la cantine pas pareille



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



Menu de la semaine

Lundi

*** Menu Végétarien ***

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

 Riz bio

 Fromage blanc bio
Coulis de mangue

Mercredi

 Endives bio

 Vinaigrette moutarde bio

 Navarin d'agneau lr

 Lentilles mijotées bio

 Comté aoc

Poire

Palets Bretons
Yaourt à boire aromatisé fraise
 Clementine bio

Jeudi

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

Potage Crécy (carotte, pdt)
Dés de mimolette

 Quenelle bio sauce tomate

 Haricots verts bio

Crêpe nature sucrée

 Pâte à tartiner bio

Vendredi

 Macédoine mayonnaise bio

 Saute de dinde lr sauce façon
orientale

 Semoule bio

 Légumes couscous bio

 Edam bio

 Clementine bio

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



la cantine pas pareille



Paris Centre

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



Menu de la semaine

Lundi

Velouté de potiron et pdt

 Sauté de bœuf 1r sauce au thym

 Petits pois bio

 Fromage blanc bio

 Confiture de fraises bio

Mardi

*** Menu Végétarien ***

Haricots rouges et maïs façon chili

 Riz bio

Carré

Pomme

Mercredi

 Salade verte bio

 Vinaigrette moutarde bio

 Hachis parmentier du chef
(Boeuf CHAR et purée de pdt BIO)

 Yaourt nature bio de Sigy Ici

Pêches au sirop

 Baguette bio
Vache qui rit
Clémentine

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

 Epinards branche bio à la crème

 Saint Nectaire aop

 Banane bio

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture
Biologique



Appellation d'Origine
Protégée



Label Rouge



Local



Plat du chef

la cantine pas pareille



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)
-  Chou fleur bio
- 
-  Camembert bio
- 
- Clémentine

Mercredi

*** Menu Végétarien ***

-  Salade verte bio
-  Vinaigrette moutarde bio
- 
-  Clafoutis de patate douce, pdt bio et mozzarella (œuf bio, lait et farine locale)
- 
-  Yaourt bio nature
- 
-  Purée de pommes locales à la cannelle du chef
- 
-  Baguette bio
- Chocolat au lait (tablette)
- Yaourt à boire aromatisé vanille
-  Orange bio

Jeudi

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

-  et emmental râpé bio
- 
-  Rôti de dinde lr au jus
-  Carottes bio fraîche à la crème
- 
- Banane

Vendredi

*** Amuse-bouche: Tomme catalane ***

- Rôti de porc*LR sauce dijonnaise (moutarde)
- Parmentier de lentilles vertes
-   Purée du chef de pommes de terre bio Ici
- 
-  Cantal aop
- A.B - Tomme Catalane
- 
-  Orange bio

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture
Biologique



Appellation d'Origine
Protégée



Label Rouge



Local



Plat du chef

la cantine pas pareille



Paris Centre

Menus du 21/02/2022 au 25/02/2022



Menu de la semaine

Lundi

*** Vacances ***

 Potage de légumes variés bio
—
Filet de colin d'Alaska pané frais
 Brocolis bio
 Boulgour bio
—
Pointe de Brie
—
 Kiwi bio

—
 Baguette bio
Miel
Yaourt à boire aromatisé abricot
 Clémentine bio

Mardi

*** Vacances ***** Menu Végétarien ***

 Chou blanc bio
 Vinaigrette moutarde bio
—
 Couscous de légumes bio
—
 Pont l'Evêque aop
—
Danette chocolat

—
 Baguette bio
Vache qui rit
 Pomme bio

Mercredi

*** Vacances ***

 Emincé de dinde lr sauce kebab
 Riz bio
—
 Yaourt nature local bio Quart de lait
—
 Orange bio

—
Madeleine
 Orange bio
 Lait bio briquette

Jeudi

*** Vacances ***** Menu Végétarien ***

 Salade de mâche et betteraves rouges bio
 Vinaigrette moutarde bio
—
  Omelette bio du chef
 Crumble de carottes bio et potiron
—
 Gouda bio
—
 Gâteau tutti frutti du chef (farine locale)
—
Gâteau fourré à l'abricot
Yaourt à boire aromatisé vanille
 Banane bio

Vendredi

*** Vacances ***

 Rôti de veau bio sauce charcutière (moutarde, cornichon)
 Pennes bio
—
Carré
—
Clémentine

—
 Baguette bio
 Pâte à tartiner bio
 Pomme bio
 Lait bio briquette

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture
Biologique



Appellation d'Origine
Protégée



Label Rouge



Plat du chef

la cantine pas pareille



Paris Centre
Menus du 28/02/2022 au 04/03/2022



Menu de la semaine

Lundi

*** Vacances ***

 Poulet lr rôti au jus

 Purée de pommes de terre bio


Camembert


Pomme

Viennoiserie

 Orange bio

 Lait bio briquette

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture
Biologique



Label Rouge

la cantine pas pareille



Paris Centre
Menus du 07/03/2022 au 11/03/2022



Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

la cantine pas pareille