

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)
Menus du 02/01/2023 au 06/01/2023

Menu de la semaine

Lundi

-  Salade de betteraves bio
-  Vinaigrette bio Tomatée
-
-  Sauté de dinde 1r sauce forestière (champignons)
-  Blé bio
-
- Emmental
-
-  Pomme bio de producteur local

Mardi

- *** Menu Végétarien ***
- Salade iceberg
 -  Vinaigrette moutarde bio
 -
 -  Fricassée de lentilles bio, légumes bio et pdt bio
 -
 -  Pont l'Evêque aop
 -
 - Compote de pommes allégée en sucre

Mercredi

-  Rillettes de sardine et céleri du chef
-
-  Filet de merlu pmd sauce citron
-  Purée de pommes de terre bio
-
-  Yaourt nature local bio Quart de lait
-
-  Clémentine bio

Jeudi

- Crêpe au fromage
-
-  Rôti de veau bio sauce charcutière (moutarde, cornichon)
-  Petits pois mijotés bio
-
- Camembert
-
- Galette des Rois

Vendredi

- *** Menu Végétarien ***
-  Carottes râpées bio lcl
 -  Vinaigrette bio moutarde à l'ancienne
 -
 -  Fusilli bio aux épinards bio et chèvre
 -
 -  Fromage blanc bio local de Sigy
 -
 -  PUREE POMME agb
PARFUMEE F.ORANGER

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)

Menus du 09/01/2023 au 13/01/2023

Menu de la semaine

Lundi

 Chou blanc bio local

 Vinaigrette bio au curry

 Pavé de colin d'Alaska pmd
sauce basquaise

 Blé bio

 Haricots verts bio

Yaourt aromatisé

Tarte au flan DCG

Mardi

*** Menu Végétarien ***

 Salade de betteraves bio

 Vinaigrette moutarde bio

Sauce aux trois fromages
(mozzarella, bleu, fromage italien)

 Coquillettes bio

Fromage fondu kiri

 Pomme bio de producteur local

Mercredi

*** Menu Végétarien ***

  Carottes râpées bio Ici

 Vinaigrette bio aux herbes

Enchilada (Haricots rouges, maïs)
Tortilla de blé

 Fromage blanc bio local de
Sigy

Compote de pommes et ananas
allégée en sucre

Jeudi

*** Menu Berbère ***

 Salade verte bio

 Vinaigrette bio au miel

 Poulet Ir

 Semoule bio

 Légumes couscous bio

 Yaourt nature local bio Quart
de lait
Miel

 Clémentine bio

Vendredi

  Guacamole au fromage
blanc bio du chef

 Goulash de boeuf Ir (paprika
doux, tomate)

 Riz bio

 Saint Nectaire aop

 Banane bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)
Menus du 16/01/2023 au 20/01/2023

Menu de la semaine

Lundi

Duo de coeurs de palmiers et
maïs

 Vinaigrette bio et citron

Boulettes de boeuf CHAR sauce
provençale

 Pennes bio

Gouda

 Clémentine bio

Mardi

*** Menu Végétarien ***

Potage Crécy (carotte, pdt)

Parmentier de lentilles corail

 Yaourt nature local bio Quart
de lait

 Ananas bio

Mercredi

 Rillettes de sardine et céleri du
chef

 Sauté de boeuf lr sauce
poivrade (oignon, carotte,
vinaigre, herbes)

 Riz bio et petits légumes

 Edam bio

 Pomme bio de producteur local

Jeudi

*** Menu Végétarien ***

Chou chinois

 Vinaigrette bio et citron

PIZZA TOMATE, FROMAGE

 Fromage blanc bio local de
Sigy

Compote de pommes et cassis
allégée en sucre

Vendredi

Crêpe au fromage

 Potimenter de poisson pmd
(purée de potiron et pommes de
terre)

 Pont l'Evêque aop

 Banane bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)
Menus du 23/01/2023 au 27/01/2023

Menu de la semaine

Lundi

*** Menu Végétarien ***

 Chou rouge frais bio local

 Vinaigrette bio moutarde à l'ancienne

Haricots rouges et maïs façon chilien

 Pennes bio

Fromage frais Carré frais

Compote de pommes allégée en sucre

Mardi

 Salade de betteraves bio

 Vinaigrette bio et citron

 Sauté de veau bio sauce aux olives

 Lentilles mijotées bio

Emmental

 Pomme bio de producteur local

Mercredi

 Céleri rémoulade bio

 Poisson blanc pané croustillant pmd

 Epinards branche bio à la crème

 Petit suisse nature bio

 Ananas bio

Jeudi

 Salade verte bio

 SC VINAIGRETTE agb AU PESTO (ACCOMP.)

Saucisse de volaille façon chipolatas

 Purée Crécy bio (carottes et pommes de terre)

 Cantal aop

 Gâteau Vendéen du chef

Vendredi

*** Menu Végétarien ***

 Œuf dur bio

 Mayonnaise bio

 Riz bio et légumes aux épices

Edam

 Banane bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)
Menus du 30/01/2023 au 03/02/2023

Menu de la semaine

Lundi

Velouté de potiron et pommes de terre

 Sauté de porc* Ir au curry

 Haricots verts bio

Camembert

 Pomme bio de producteur local

Mardi

*** Menu Végétarien ***

 Salade verte bio

 Vinaigrette bio aux herbes

 Dahl de lentilles corails et riz bio

Yaourt aux fruits

Compote de pommes et bananes allégée en sucre

Mercredi

 Salade de betteraves bio

 Vinaigrette bio aux herbes

 Rôti de veau bio au romarin

  Purée du chef de pommes de terre bio lcl

 Cantal aop

 Clémentine bio

Jeudi

*** Les pas pareilles ***

 Endive bio

 Vinaigrette bio au miel

 Filet de merlu pmd sauce citron

 Epinards branche bio à la crème

Edam

Crêpe nature sucrée

Vendredi

*** Menu Végétarien ***

 Houmous de carotte du chef et chip's de maïs

 Couscous de légumes bio

Mimolette

 Banane bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)
Menus du 06/02/2023 au 10/02/2023

Menu de la semaine

Lundi

 Maïs bio
 Vinaigrette bio à la ciboulette
—
 Sauté de boeuf lr sauce
dijonnaise (moutarde)
 Lentilles mijotées bio
—
Emmental
—
 Pomme bio de producteur
local

Mardi

*** Menu Végétarien ***
 Chou blanc bio local
 Vinaigrette bio au miel
—
Sauce aux trois fromages
(mozzarella, bleu, fromage italien)
 Pennes bio
—
 Yaourt nature local bio Quart
de lait
—
Compote de pommes et poires
allégée en sucre

Mercredi

 Salade de haricots verts bio à
l'échalote
—
 Filet de cabillaud pmd sauce
crème aux herbes
 Purée de pommes de terre bio
—
Mimolette
—
 Orange bio

Jeudi

*** Menu Végétarien ***
*** Amuse-bouche: brousse ***
 Salade verte bio
 SC VINAIGRETTE agb AU
PESTO (ACCOMP.)
—
 Mélange boulgour brocolis
maïs et haricots rouges bio
—
Fromage frais Carré frais
—
Crème dessert à la vanille

Vendredi

Crêpe au fromage
—
Nuggets de poulet
 Riz bio
 Carottes bio
—
 Saint Nectaire aop
—
 Banane bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)
Menus du 13/02/2023 au 17/02/2023

Menu de la semaine

Lundi

*** Menu Végétarien ***

 Salade de betteraves bio
 Vinaigrette bio aux herbes
—
 VEG-TAJINE MAROCAIN
P.CHICHE agb, SEMOULE agb
—
Camembert
—
 Pomme bio de producteur local

Mardi

Mâche
 Vinaigrette bio et citron
—
 Sauté de veau bio marengo
 Petits pois mijotés bio
—
 Yaourt nature local bio Quart de lait
—
Compote de pommes et cassis allégée en sucre

Mercredi

*** Menu Végétarien ***
 Carottes râpées bio Ici
 Vinaigrette moutarde bio
—
 Omelette bio
 Pennes bio
Ratatouille à la niçoise
—
Edam
—
Compote de pommes et cassis allégée en sucre

Jeudi

 Houmous de carotte du chef et chip's de maïs
—
 Meunière colin d'Alaska pmd
 Epinards branche bio à la crème
—
 Emmental bio
—
 Banane bio

Vendredi

 Céleri rémoulade bio
—
 Rôti de porc* Ici au curry
 Purée Crécy bio (carottes et pommes de terre)
—
 Fromage blanc bio local de Sigy
—
 Gâteau au citron du chef

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)

Menus du 20/02/2023 au 24/02/2023

Menu de la semaine

Lundi

*** Vacances ***

Potage de légumes variés
(carotte, pdt, poireau, chou-fleur,
céleri h. verts, petits pois)

 Pavé de colin d'Alaska pmd
sauce citron

 Riz bio

Emmental

 Pomme bio de producteur
local

Mardi

*** Vacances ***

Salade iceberg
 Vinaigrette bio aux herbes

 Poulet lr

 Chou fleur bio en gratin

Camembert

 Orange bio

Mercredi

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

Mâche

 Vinaigrette bio moutarde à
l'ancienne

 Clafoutis brocolis, pommes
de terre bio et mozzarella du chef
(oeuf bio)

Yaourt aromatisé

Compote de pommes et bananes
allégée en sucre

Jeudi

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

  Carottes râpées bio lcl

 Vinaigrette bio balsamique

 Tarte aux fromages du chef

Fromage fondu Vache qui rit

  Purée de pommes bio
parfumée à la cannelle du chef

Vendredi

*** Vacances ***

  Guacamole au fromage
blanc bio du chef

 Sauté de boeuf lr sauce
poivrade (oignon, carotte,
vinaigre, herbes)

 Lentilles mijotées bio

 Pont l'Evêque aop

 Banane bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Menu Adulte Paris Centre (1er-3ème arr.)
Menus du 27/02/2023 au 03/03/2023

Menu de la semaine

Lundi

*** Vacances ***

Potage Crécy (carotte, pdt)



Bolognaise de boeuf CHAR

 Coquillettes bio



 Fromage blanc bio local de
Sigy
Miel



 Ananas bio

Mardi

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

Salade iceberg

 Vinaigrette bio aux herbes



 Dahl de lentilles corails et riz
bio



Pointe de Brie



 Pomme bio de producteur local

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy