

Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)
Menus du 28/08/2023 au 01/09/2023

Menu de la semaine

Lundi

 Salade verte bio

 Meunière colin pmd d'Alaska
frais

 Epinards branche bio à la
crème

Saint Paulin

 Melon bio

Mardi

 Salade de tomate bio lcl

 Sauté de dinde lr au curry

 Coquillettes bio

 Yaourt nature local bio Quart de
lait

Compote de pommes et bananes
allégée en sucre

Mercredi

*** Menu Végétarien ***

 Houmous de carotte cpne et
chip's de maïs

 Dahl de lentilles corails et riz
bio

 Pont l'Evêque aop

 Pastèque bio

Jeudi

 Concombres rondelles bio lcl

 Sauté de boeuf lr sauce
dijonnaise (moutarde)

 Semoule bio

 Légumes couscous bio

Fromage frais Carré demi sel

 Abricot bio

Vendredi

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)
Menus du 04/09/2023 au 08/09/2023

Menu de la semaine

Lundi

*** Menu Végétarien ***

 Salade de betteraves bio

 Omelette bio sauce tomate

 Riz bio

 Yaourt bio brassé à la banane

 Fruit bio

Mardi

** C'est la fête : repas de rentrée
Fish&Chip's

 Salade de tomate bio

 Poisson blanc pané croustillant
pmd

Pommes de terre quartiers

Fromage frais Carré demi sel

 Crème dessert bio chocolat

Mercredi

 Carottes râpées bio

 Sauté de boeuf lr sauce façon
orientale

 Boulgour bio

 Légumes couscous bio

 Emmental bio

Cocktail de fruits

Jeudi

*** Menu Végétarien ***

 Pastèque bio

Caponata (courgette BIO, olive,
poivron)

 Fusilli bio

Camembert

 Purée de pomme et poire bio

Vendredi

 Rillettes de sardine et céleri
cpne

 Escalope de dinde lr sauce
végétale à la provençale

 Semoule bio

 Haricots verts bio

 Yaourt nature bio le P'tit
pré local

 Fruit bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Certifié Label Rouge



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)

Menus du 11/09/2023 au 15/09/2023

Menu de la semaine

Lundi

Salade de haricots verts

-  Sauté de veau bio sauce aux olives
-  Riz bio
-  Ratatouille bio
-  Cantal aop
-  Fruit bio

Mardi

**** Menu végétarien ****

-  Concombres en rondelles bio
-   Penne semi-complète bio sauce lentilles corail, curry et maïs cpne
-  Fromage blanc bio
- Gaufre poudrée

Mercredi

-  Rillettes de canard cpne
-  Médaillon de merlu pmd sauce au citron
-  Carottes bio à la crème
- Tomme blanche
-  Fruit bio

Jeudi

- Taboulé
-  Filet de dinde lr façon jambon
-  Courgettes (Courgettes fraîches bio LCL)
-  Purée de pommes de terre bio
-  Coulommiers bio
-  Pastèque bio

Vendredi

***** Menu Végétarien *****

-  Salade verte bio
- Pizza au fromage
-  Yaourt nature bio le P'tit pré local
-   Purée de pomme bio parfumée à la vanille cpne

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)
Menus du 18/09/2023 au 22/09/2023

Menu de la semaine

Lundi

 Salade de betteraves bio
—
Bolognaise de bœuf charolais
 Pennes bio
et emmental râpé
—
 Yaourt bio brassé à la fraise
—
 Fruit bio

Mardi

*** **Menu Végétarien** ***
 Salade de tomate bio
—
 Galette boulgour épeautre et légumes bio
 Petits pois mijotés bio
—
Edam
—
 Dessert lacté flan vanille nappé caramel bio

Mercredi

 Concombre bio tzaziki
—
 Sauté de bœuf bio sauce au thym
 Ratatouille bio
 Riz bio
—
 Cantal aop
—
 Fruit bio

Jeudi

*** **Les pas pareilles** *** **Menu Vegetarien*****
 Œuf dur bio
 Mayonnaise bio
—
 Veg'mentier aux deux pommes
cpne
Salade verte
—
 Fromage blanc bio
—
 Fruit bio

Vendredi

 Salade verte bio
 et maïs bio
—
 Pavé de colin d'Alaska pmd
sauce crème aux herbes
 Haricots verts bio
—
 Tomme de pays bio
—
 Cake coco cpne (farine locale)

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)
Menus du 25/09/2023 au 29/09/2023

Menu de la semaine

Lundi

 Salade de tomate bio



 Sauté de porc* 1r sauce
fermière (bouillon de volaille, petits
pois, carotte)

 Fricassée de lentilles bio,
légumes bio et pdt bio

 Lentilles mijotées bio



 Fromage frais fouetté bio



 Fruit bio

Mardi

*** Menu Végétarien ***

 Pomelos bio



  Pâtes bio potiron, carotte bio
et mozzarella cpne



 Gouda bio



Crêpe nature sucrée

Mercredi

 Salade verte bio



 Sauté de boeuf 1r sauce au
thym

 Boulgour bio



 Cantal aop



 Fruit bio

Jeudi

** Menu végétarien **

Salade de haricots blancs au
cerfeuil



 Pavé de colin d'Alaska pmd
sauce citron

 Carottes bio



Mimolette



 Fruit bio

Vendredi

 Taboulé aux raisins secs
(semoule BIO) cpne



 Omelette bio

 Gratin de courgettes bio



 Yaourt nature bio le P'tit pré
local



Compote de pommes et poires
Copeaux de chocolat noir

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Appellation d'Origine
Protégée



Certifié Label Rouge



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)
Menus du 02/10/2023 au 06/10/2023

Menu de la semaine

Lundi

*** Menu Végétarien ***

 Concombres en rondelles bio

 Pâtes bio, brocolis bio cheddar et mozzarella

 Emmental bio

 Fruit bio

Mardi

 Salade de betteraves bio

 Saute de dinde lr sauce façon orientale

 Petits pois mijotés bio

Gouda

 Fruit bio

Mercredi

 Macédoine mayonnaise bio

 Nuggets de poisson pmd Et mayonnaise

 Purée de pommes de terre bio

Tomme blanche

 Fruit bio

Jeudi

*** Menu Végétarien ***

 Chou blanc bio

 Tajine de pois chiches et boulgour bio cpne

 Fromage fondu vache qui rit bio

 Gâteau de maïs cpne (farine de blé locale)

Vendredi

 Carottes râpées bio lcl

 Rôti de veau bio au romarin

 Riz bio

 Yaourt nature bio le P'tit pré local

 Fruit bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Certifié Label Rouge



Cuisiné par nos équipes



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable



Produit local

Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)

Menus du 09/10/2023 au 13/10/2023

Menu de la semaine

Lundi

**** C'est la fête : AUSTRALIE ****
****Menu Végétarien****

 Salade de mâche et betteraves rouges bio et olives noires

Galette de boulgour, haricot rouge, poivron, cheddar et sauce tomate

 Pennes bio

 Fromage frais fouetté bio

 Assiette de fruits bio

Mardi

**** C'est la fête : ARGENTINE ****

Salade iceberg vinaigrette chimichurri

 Sauté de boeuf Ir sauce barbecue

 Haricots rouges maïs et butternut cpne

 Yaourt bio nature
Confiture de lait

 Fruit bio

Mercredi

**** C'est la fête : COTE D'IVOIRE ****

Carottes bâtonnets cuites vinaigrette curry miel gingembre

Poulet sauce Kedjenou (tomate aubergine oignon gingembre)

 Boulgour bio

 Fromage blanc bio

 Banane bio
 sauce au chocolat lait cpne

Jeudi

**** C'est la fête : JAPON - Menu Végétarien ****

Radis noir râpé

 Riz sauce teriyaki et oeuf dur cpne

 Smoothie ananas passion cpne
Sablés coco
Gobelet en carton

Vendredi

**** C'est la fête : FRANCE ****

 Salade de tomate bio

  Brandade de poisson pmd cpne

 Cantal aop

 Cake nature cpne (farine LCL)
Crème de marron

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)
Menus du 16/10/2023 au 20/10/2023

Menu de la semaine

Lundi

*** Menu Végétarien ***

 Salade de betteraves bio

 Dahl de lentilles corails et riz bio

 Edam bio

 Crème dessert bio chocolat

Mardi

 Salade verte bio

SAUTE VEAU AGB AU JUS

 Macaroni bio

 Emmental bio

 Coupelle de purée de pommes bio

Mercredi

 Salade de lentilles bio

 Pavé de colin d'Alaska pmd sauce citron

 Carottes bio au jus

 Petit suisse nature bio

 Fruit bio

Jeudi

Gaspacho de tomates

PARMENTIER JOUE DE BOEUF (PDT FRAICHE)

 Yaourt bio brassé à la fraise

 Gâteau cpne aux pommes

Vendredi

*** Menu Végétarien ***

 Salade coleslaw bio locale (carotte, chou blanc, mayonnaise)

Hamburger végétarien

 Yaourt nature bio le P'tit pré local

 Fruit bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Paris Centre (Adultes élémentaire 1 et 3èmes arrondissements)
Menus du 23/10/2023 au 27/10/2023

Menu de la semaine

Lundi

*** Vacances ***

 Carottes râpées bio



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

 Haricots verts bio

 Spaghetti bio



 Petit suisse nature bio



Compote de pommes et abricots
allégée en sucres

Mardi

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

 Salade verte bio



 Haricots rouges et maïs façon
chili cpne

 Riz bio



 Saint Nectaire aop



 Fruit bio

Mercredi

*** Vacances ***

 Chou blanc bio local



 Poulet lr

 Pommes de terre bio en purée
(PDT bio locale fraîche)



COULOMMIERS AGB



 Purée de pomme et poire bio

Jeudi

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

 Potage poireaux pommes de
terre bio



Lasagne ricotta épinard



 Emmental bio



 Fruit bio

Vendredi

*** Vacances ***

Radis roses
BEURRE 8 GR (PLAQUETTE)
VRAC



 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais

 Chou fleur bio



CAMEMBERT AGB



 Cake au chocolat cpne (farine
LCL)

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Appellation d'Origine
Protégée



Certifié Label Rouge



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable