

Paris Centre (Adulte)  
Menus du 12/01/2026 au 16/01/2026

# Menu de la semaine

## Lundi

### \*\*\* Menu Végétarien \*\*\*



Maïs bio



Raviolis aux légumes bio



Vache qui rit bio



Coupelle de purée de pomme bio

## Mardi



Salade verte bio, pomme bio et orange bio

Sauté de boeuf charolais sauce barbecue



Penne bio sauce pesto, fèves et cantal râpé



Riz bio



Gouda bio



Fruit bio

## Mercredi



Houmous bio



Poulet rôti lr

Parmentier égréné végétal  
purée de patate douce

Purée de patates douces et pommes de terre



Fromage blanc bio local  
Miel



Fruit bio

## Jeudi



Chou rouge frais bio local



Nuggets de poisson pmd

Nuggets de pois chiche BIO



Carotte bio

au jus de légumes



Pommes de terre bio



Fromage frais fouetté  
Rondelé bio



Dessert lacté flan vanille  
nappé caramel bio

## Vendredi

### \*\*\* Menu Végétarien \*\*\*



Soupe de butternut bio



Croque végétarien à l'emmental et au pesto



Salade verte bio



Petit suisse nature bio



Banane bio

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy



Paris Centre (Adulte)  
Menus du 19/01/2026 au 23/01/2026


# Menu de la semaine

**Lundi**

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

 Salade de lentilles bio



 Omelette bio fraîche


 Epinards branche bio à la crème


 Fromage blanc bio


 Fruit bio


**Mardi**

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

 Colin d'Alaska pmd sauce crème à la tomate

 Quenelle bio sauce tomate


 Haricots verts bio au jus de légumes


 Fromage fondu vache qui rit bio


Beignet aux pommes


**Mercredi**


Soupe brocolis pommes de terre


 Sauté de veau 1r sauce façon orientale

 *Boulgour bio sauce tajine et pois chiches bio*

 Boulgour bio

 Carottes bio fraîches au jus de légumes


 Edam bio


 Fruit bio


**Jeudi**


\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

Menu anglosaxon \*\*\*

 Œuf dur bio

 Mayonnaise bio


 Coquillettes bio sauce butternut, cheddar, crumble

 Yaourt bio nature

Dessert lacté à boire saveur vanille

**Vendredi**

 Salade de betteraves bio

 Blanquette de dinde 1r  
*Emincé végétal sauce façon blanquette*

 Riz bio

 Emmental bio







 Fruit bio

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy







Paris Centre (Adulte)  
Menus du 26/01/2026 au 30/01/2026

# Menu de la semaine

## Lundi





-  Salade verte bio
-  Salade de betteraves bio
-  Sauté de boeuf lr sauce poivrade (oignon, carotte, vinaigre, herbes)
- Beignet stick mozzarella*
-  Haricots blancs coco bio sauce tomate
-  Gouda bio
-  Fruit bio

## Mardi

-  Endives bio
-  Sauté de dinde LR, dés de dinde et sauce tomate
-  *Coquille bio semi complète sauce tartiflette emmental*
-  Coquillettes bio
-  Le P'tit Pré bio aromatisé pêche
-  Fruit bio



## Mercredi

### \*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

-  Chou blanc bio local en rémoulade bio
-  Parmentier égréné végétal, purée de butternut bio
-  Pointe de Brie bio
-  Coupelle de purée de pomme et poire bio







## Jeudi

### \*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

- Soupe de légumes (carotte, navet, céleri, pomme de terre)
- Galette fajitas préparation haricots rouge, maïs et sa salade verte sauce yaourt végétal épicée
-  Fromage fondu bio croc lait
-  Fruit bio

## Vendredi

### \*\*\* Menu Agrumes \*\*\*

-  Carottes râpées bio local vinaigrette bio aux agrumes
-  Merlu pmd sauce aux agrumes
-  *Korma de riz BIO, brunoise provençale et petits pois BIO*
-  Ratatouille bio
-  Riz bio
-  Fromage blanc bio Copeaux de chocolat noir et blanc
- Cake chocolat mandarine farine


\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Paris Centre (Adulte)  
Menus du 02/02/2026 au 06/02/2026

# Menu de la semaine


**Lundi**


\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*  
Fête des crêpes \*\*\*

 Salade de pois chiches bio

Tarte aux fromages  
(mozzarella, emmental)


 Salade verte bio

 Yaourt bio Le P'tit Pré  
nature local


Crêpe nature sucrée  
 Confiture de fraises bio


**Mardi**

Radis  
et beurre

 Poulet Ir sauce paprika  
persil


*Gratin de pommes de terre,  
épinards et fromage à raclette*


 Pommes de terre cubes bio  
au jus de légumes


 Coulommiers bio


 Fruit bio

**Mercredi**

 Endives bio

 Meunière colin pmd  
d'Alaska frais  
*Omelette BIO*


 Purée Dubarry bio (chou  
fleur et pommes de terre)


 Fromage frais fouetté  
Rondelé bio

 Crème dessert bio chocolat

**Jeudi**

Rillettes de maquereau

 Boulette de boeuf bio  
sauce tomate

 Boulettes pois chiches bio  
et sauce tomate

 Fusilli bio


 Carré bio

 Fruit bio

**Vendredi**

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

Soupe brocolis pommes de  
terre

 Riz bio Korma bio patate  
douce bio et edamame

 Edam bio


 Fruit bio


\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy


Paris Centre (Adulte)  
Menus du 09/02/2026 au 13/02/2026

# Menu de la semaine


## Lundi


 Pomelos bio

 Poulet lr façon yassa  
(épices, moutarde, citron)


 Riz bio sauce façon chili  
égréné végétal


 Riz bio

 Gouda bio

 Dessert lacté flan vanille  
nappé caramel bio

## Mardi

 Mâche et betteraves bio

 Sauté de bœuf lr sauce  
barbecue

*Steak de lentilles BIO*  
Pommes de terre quartier  
avec peau


 Emmental bio

 Fruit bio

## Mercredi

### \*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

 Céleri bio rémoulade


 Boulgour bio sauce tajine et  
pois chiches bio


 Camembert bio


Flan pâtissier

## Jeudi

### \*\*\* Menu Végétarien \*\*\*


 Soupe de butternut bio


 Penne bio sauce pesto,  
fèves et cantal râpé

 Fromage blanc bio


 Banane bio

## Vendredi

 Salade verte bio  
croûtons

 Parmentier de colin  
d'Alaska pmd et purée de  
pomme de terre bio  
*Parmentier de lentille corail  
BIO*

 Edam bio

 Crème dessert bio chocolat

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy




Paris Centre (Adulte)  
Menus du 16/02/2026 au 20/02/2026


# Menu de la semaine

**Lundi**


 Salade de lentilles bio

 Emincé de boeuf lr sauce  
origan et tomate

*Beignet stick mozzarella*

 Haricots verts bio sauce  
tomate


 Blé bio


 Yaourt bio Le P'tit Pré  
nature local

 Fruit bio

**Mardi**

\*\*\* Menu carnaval \*\*\*

 Salade verte bio, pomme  
bio et orange bio

 Nuggets de poisson pmd  
*Nuggets de pois chiche BIO*  
Gratin de chou fleur et brocolis


 Gouda bio

Beignet fouré chocolat et  
noisette

**Mercredi**

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

Soupe de légumes (carotte,  
navet, céleri, pomme de terre)

 Pizza bio au fromage


 Salade verte bio


 Petit suisse nature bio

 Fruit bio


**Jeudi**


\*\*\* Menu à thème: Nouvel  
an chinois \*\*\*


 Carottes râpées bio local  
vinaigrette bio cumin et  
coriandre

 Sauté de dinde lr au  
caramel

*Boulettes sarrasin lentilles  
légumes sauce teriyaki*


 Riz bio et petits légumes


 Fromage blanc bio  
Coulis de mangue

 Cake coco bio


**Vendredi**

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

 Chou blanc bio local en  
rémoulade bio

 Coquillettes bio sauce  
égréné végétal et tomate  
façon bolognaise bio

 Emmental bio

 Coupelle de purée de  
pommes et bananes bio

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Sogeres  
RESTAURANT



Certifié Label  
Rouge



Issu de  
l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable











Produit local

Paris Centre (Adulte)  
Menus du 23/02/2026 au 27/02/2026

# Menu de la semaine









**Lundi**

\*\*\* Vacances \*\*\*

-  Mâche et betteraves bio
- 
-  Meunière colin pmd d'Alaska
-  Petits pois mijotés bio
- 
-  Coulommiers bio
- 
-  Fruit bio








**Mardi**

\*\*\* Vacances \*\*\*

-  Salade coleslaw bio local (carotte, chou blanc, mayonnaise)
- 
-  Colombo de dinde lr
-  Pommes de terre bio
- 
-  Pointe de Brie bio
- 
-  Dessert lacté flan vanille nappé caramel bio









**Mercredi**

\*\*\* Vacances \*\*\* Menu végétarien \*\*\*

-  Taboulé aux raisins secs, semoule bio
- 
-  Dahl de lentille corail bio et riz bio
- 
-  Gouda bio
- 
-  Fruit bio









**Jeudi**

\*\*\* Vacances \*\*\*

-  Soupe de butternut bio
- 
-  Sauté de boeuf lr aux olives
-  Pâtes bio
- 
-  Fromage fondu bio croc lait
- 
-  Fruit bio

**Vendredi**

\*\*\* Vacances \*\*\* Menu végétarien \*\*\*

-  Céleri bio rémoulade
- 
-  Omelette bio
-  Haricots verts bio au jus de légumes
- 
-  Fromage blanc bio local
- 
-  Cake bio à la cannelle

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy