Paris Centre (Adulte)
Menus du 02/11/2026 au 06/11/2026

Menu de la semaine

Lundi

*** Menu Végétarien ***

Céleri bio rémoulade

Dahl de lentilles beluga et riz bio

Edam bio

Coupelle de purée de pomme et poire bio

Mardi

Chou rouge frais bio locales

Sauté de boeuf lr sauce moutarde à l'ancienne

Pâtes bio, légumes bio et pois cassés

Pâtes bio

Yaourt bio le P'tit pré nature

Fruit de saison bio

Mercredi

Soupe de légumes et pommes de terre frais

Poulet lr rôti au jus

Couscous végétal aux légumes, pois chiches et raisins secs, semoule BIO

Légumes couscous bio (carotte, courgette, pois chiches, oignon, céleri)

Semoule bio

Gouda bio

Fruit de saison bio

Jeudi

Salade de betteraves bio

Raviolis aux légumes bio

Pointe de Brie bio

Banane bio

Vendredi

*** Menu Végétarien ***

Carottes râpées bio locales

Merlu pmd sauce au curry

Omelette bio

Pommes de terre lamelles

Courgette bio au jus de légumes

Yaourt bio le P'tit Pré arome framboise

Cake bio à la cannelle

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

Sogeres

Certifié Label Rouge

Issu de l'agriculture biologique

Produit de la mer durable

Produit local

Paris Centre (Adulte)
Menus du 09/11/2026 au 13/11/2026

Menu *de la semaine*

Lundi

Salade de betteraves bio

Saucisse chipolatas de porc
Boulettes de blé sauce tomate

Lentilles

Camembert bio

Clémentine bio

Mardi

***** Menu Végétarien *****

Salade verte bio croûtons

Cari de pois chiche, riz bio et haricots rouges

Gouda bio

Crème dessert bio chocolat

Mercredi

Jeudi

Soupe carotte pommes de terre

Sauté de boeuf lr sauce forestière (ail, carotte, champignon, oignon)
Beignet stick mozzarella

Pomme de terre ronde vapeur au jus de légumes

Fromage frais Chanteneige bio

Fruit de saison bio

Vendredi

***** Menu Végétarien *****

Endives bio

Fusilli bio sauce égréné végétal à la tomate bio

Edam bio

Purée de pomme fraiche bio parfumée à la vanille

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

Sogeres

Certifié Label Rouge

Issu de l'agriculture biologique

Contient du porc

Paris Centre (Adulte)
Menus du 16/11/2026 au 20/11/2026

Menu de la semaine

Lundi

Coquillettes bio au pesto rouge

Filet de dinde lr façon jambon

Boulette sarrasin, lentille, légumes sauce aigre douce

Carotte bio au jus de légumes

Yaourt bio le P'tit pré nature

Fruit de saison bio

Mardi

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

Merlu pmd sauce citron

Boulgour bio sauce tajine et pois chiches bio

Petits pois mijotés

Boulgour bio

Fromage frais Saint Môret bio

Dessert lacté flan vanille nappé caramel bio

Mercredi

***** Menu Végétarien *****

Soupe de butternut bio

Chili végétal, haricots rouges bio et riz bio

Coulommiers bio

Fruit de saison bio

Jeudi

***** Menu végétarien *****

Haricot vert bio

Omelette bio sauce tomate

Purée d'épinards et pommes de terre bio

Yaourt bio brassé au citron

Fruit de saison bio

Vendredi

***** Menu des enfants réalisé par les CM1/CM2 de l'école Suzanne Spaak *****

Salade verte bio croûtons

Bifteck haché char sauce barbecue

Pané moelleux au gouda

Pommes de terre quartier avec peau

Mayonnaise bio

Mimolette

Cake au chocolat

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

Sogeres

Certifié Label Rouge

Issu de l'agriculture biologique

Produit de la mer durable

Produit local

Viande charolaise

Paris Centre (Adulte)
Menus du 23/11/2026 au 27/11/2026

Menu de la semaine

Lundi

Duo de coeur de palmiers et maïs

Sauté de boeuf lr sauce caramel

Pommes de terres bio fromagères (fromage à tartiflette)

Pommes de terre bio au jus de légumes

Le P'tit Pré bio aromatisé pêche

Fruit de saison bio

Mardi

***** Menu Végétarien *****

Endives bio

Pommes bio

Fusilli bio sauce carotte bio potiron et mozzarella

Pointe de Brie bio

Coupelle de purée de pommes bio

Mercredi

Carottes râpées bio locales

Merlu pmd sauce aux épices douces

Riz bio pois chiche et épinards bio tandoori

Chou-fleur bio

Riz bio

Edam bio

Fruit de saison bio

Jeudi

***** Thanksgiving *****

Salade verte bio et noix

Sauté de dinde lr sauce végétale pomme curry crèmée

Parmentier égréné végétal de pois purée de patate douce

Purée de patates douces et pommes de terre

Yaourt bio le P'tit pré nature

Gâteau bio au maïs

Vendredi

***** Menu Végétarien *****

Soupe de butternut bio

Omelette bio

Epinards branches bio à la béchamel

Emmental bio

Fruit de saison bio

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

Sogeres

Certifié Label Rouge

Issu de l'agriculture biologique

Produit de la mer durable

Produit local

Paris Centre (Adulte)
Menus du 30/11/2026 au 04/12/2026

Menu de la semaine

Lundi

Céleri bio rémoulade

Colin d'Alaska pmd sauce à l'oseille

Riz bio sauce façon chili égréné végétal

Riz bio

Yaourt bio le P'tit pré nature

Fruit de saison bio

Mardi

Salade de betteraves bio

Emincé de boeuf lr sauce moutarde à l'ancienne

Boulettes de blé tomatées sauce aigre douce

Lentilles

Gouda bio

Crème dessert bio chocolat

Mercredi

***** Menu Végétarien *****

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

Coquillettes bio sauce butternut, cheddar, crumble

Coulommiers bio

Fruit de saison bio

Jeudi

***** Menu à thème Auvergne *****

Salade verte bio croûtons

Saucisse fumée de porc

Pané moelleux au gouda

Purée de pomme de terre fraiche bio à l'ail et au cantal

Yaourt bio le P'tit pré nature

Clafoutis myrtille (farine locale)

Vendredi

***** Menu Végétarien *****

Endives bio et noix

Couscous végétal aux légumes, pois chiches et raisins secs, semoule bio

Petit suisse nature bio

Purée de pommes bio fraiches parfumée à la cannelle

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

Sogeres

Certifié Label Rouge

Issu de l'agriculture biologique

Produit de la mer durable

Contient du porc

Paris Centre (Adulte)
Menus du 07/12/2026 au 11/12/2026

Menu de la semaine

Lundi

Céleri bio rémoulade

Poulet lr sauce façon orientale

Blé bio sauce légumes bio et pois cassés

Blé bio
Haricots plats
au jus de légumes

Emmental bio

Fruit de saison bio

Mardi

***** Menu Végétarien *****

Pomelos bio

Riz bio et pois chiches bio tikka massala

Fromage fondu bio croc lait

Crème dessert bio à la vanille

Mercredi

Crêpe à l'emmental

Sauté de bœuf lr sauce aigre douce

Omelette BIO

Petits pois mijotés

Yaourt bio le P'tit pré nature

Fruit de saison bio

Jeudi

***** Menu Végétarien *****

Soupe de légumes et pommes de terre frais

Pommes de terres bio fromagères (fromage à tartiflette)

Yaourt bio le P'tit Pré arome framboise

Fruit de saison bio

Vendredi

Salade verte bio aux pommes et oranges bio

Meunière colin pmd d'Alaska frais

Beignet stick mozzarella

et quartier de citron

Brocolis bio sauce béchamel

Edam bio

Cake bio au chocolat

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

Sogeres

Certifié Label Rouge

Issu de l'agriculture biologique

Produit de la mer durable

Paris Centre (Adulte)
Menus du 14/12/2026 au 18/12/2026

Menu de la semaine

Lundi

Céleri bio rémoulade

Sauté de boeuf lr au jus

Boulgour bio sauce tajine et pois chiches bio

Haricots verts bio sauce tomate

Boulgour bio

Pointe de Brie bio

Dessert lacté flan vanille nappé caramel bio

Mardi

***** Menu Végétarien *****

Carottes râpées bio locales

Omelette bio fraîche

Emmental râpé bio

Epinards branche bio à la crème

Pâtes bio

Le P'tit Pré bio aromatisé pêche

Coupelle de purée de pommes et abricots bio

Mercredi

Pizza au fromage

Merlu pmd sauce tomate

Boulettes de blé sauce tomate

Chou-fleur béchamel et emmental bio

Petit suisse nature bio

Banane bio

Jeudi

***** Repas de fêtes de fin d'année *****

Houmous de carottes & Blinis et Sapin de Coulommiers bio au miel et aux fruits secs (pistache, amandes, noix) sur pics en bois

Sauté de poulet lr sauce au pain d'épices

Pavé comté noisette sauce au pain d'épices

Pommes de terre rösti étoile

Purée de potimarron

Gâteau façon financier aux épices de Noël, crème anglaise et chantilly

Clémentine bio

Chocolat de fêtes de fin d'année

Jus de pommes bio

Vendredi

***** Menu Végétarien *****

Salade de betteraves bio

Dahl de lentilles beluga et riz bio

Gouda bio

Fruit de saison bio

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

Sogeres

Certifié Label Rouge

Issu de l'agriculture biologique

Produit de la mer durable

Produit local

Paris Centre (Adulte)
Menus du 21/12/2026 au 25/12/2026

Menu de la semaine

Lundi

*** Vacances ***

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

Colin d'Alaska pmd pané

et quartier de citron
Pommes de terre quartier avec peau
et ketchup

Petit suisse nature bio

Coupelle de purée de pomme et poire bio

Mardi

*** Vacances *** Menu végétarien ***

Salade verte bio

Couscous végétal aux légumes, pois chiches et raisins secs, semoule bio

Pointe de Brie bio

Crème dessert bio chocolat

Mercredi

*** Vacances ***

Soupe de butternut bio

Sauté de veau lr sauce au thym

Carottes bio locales au jus de légumes
Riz bio

Carré bio

Fruit de saison bio

Jeudi

*** Vacances ***

Pomelos bio

Spaghetti bio sauce bolognaise de bœuf bio

Edam bio

Fruit de saison bio

Vendredi

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

Sogeres

Certifié Label Rouge | Issu de l'agriculture biologique | Produit de la mer durable | Produit local

Paris Centre (Adulte)
Menus du 28/12/2026 au 01/01/2027

Menu de la semaine

Lundi

*** Vacances ***

Pomelos bio

Sauté de dinde lr sauce forestière (ail, carotte, champignon, oignon)

Pommes de terre lamelles au jus de légumes

Yaourt bio le P'tit pré nature

Coupelle de purée de pommes et bananes bio

Mardi

*** Vacances ***

Endives bio

Sauté de boeuf lr sauce au paprika et persil

Carotte bio
Haricots blancs à la tomate

Emmental bio

Fruit de saison bio

Mercredi

*** Vacances *** Menu végétarien ***

Soupe brocolis pommes de terre

Parmentier égréné végétal de pois, purée de butternut bio

Camembert bio

Fruit de saison bio

Jeudi

*** Vacances ***

Carottes râpées bio

Colin d'Alaska pmd sauce crème à la tomate

Epinards branches bio à la béchamel
Riz bio

Fromage frais Chanteneige bio

Gâteau bio au caramel

Vendredi

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

Sogeres

Certifié Label Rouge

Issu de l'agriculture biologique

Produit de la mer durable