


Paris 18 (Elémentaire végétarien)
Menus du 05/11/2018 au 09/11/2018




Menu de la semaine

Lundi

Lentilles mijotées, pdt et légumes
BIO

 Haricots verts bio
assaisonnement ciboulette


Fraidou

 Pomme bio de producteur
local


Mardi

Repas végétarien

Salade de mâche et betteraves
rouges

 Vinaigrette bio à la ciboulette

Pâtes sauce aux légumes et soja


 Yaourt nature bio
Dosette de sucre


Mercredi

Quenelle nature sauce tomate


 Petits pois mijotés bio

 Pont l'Evêque aop

 Fruit bio local

 Baguette bio
Chocolat au lait (tablette)
Jus d'orange

Jeudi

 Chou rouge bio
Sauce crème ciboulette

Chili sin carne


 Riz bio

Yaourt sur lit de fruits de la
fromagerie Maurice

Vendredi

***Amuse-Bouche : Marmelade
butternut gingembre***

Boulettes falafel (légumineuses) Bio
et sauce cocktail

 Carottes fraîches bio locales
assaisonnement ciboulette

 Saint Nectaire aop

Tarte au flan

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille



Agriculture
Biologique



Appellation d'Origine
Protégée



Charolais



Label Rouge





Paris 18 (Elémentaire végétarien)
Menus du 12/11/2018 au 16/11/2018



Menu de la semaine



Lundi

Repas végétarien



 Salade verte bio
 Vinaigrette bio provençale
—
Boulettes de soja sauce aigre
douce
 Riz bio
—
 Fromage blanc bio
Sucre roux

Mardi




Nuggets de pois chiches BIO
Haricots verts

 Pommes de terre bio
au persil
—
Petit Cotentin
—
 Pomme bio de producteur local



Mercredi

Omelette BIO
 Ratatouille bio
 Blé bio


—
Emmental
—
Pêche au naturel


—
 Baguette bio
 Edam bio
 Fruit bio (goûter)

Jeudi

 Carottes râpées bio locales
 Vinaigrette maison bio

—
Clafoutis bio de légumes
d'hiver

 Macaroni bio

—
 Yaourt nature bio
Dosette de sucre

Vendredi

Les pas pareille

Céleri rémoulade bio local
—
Parmentier au potiron
—
Duo de mozzarella et cheddar
râpés
—
Cake au chocolat et noix
(oeuf bio et farine locale)

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille



Paris 18 (Elémentaire végétarien)
Menus du 19/11/2018 au 23/11/2018



Menu de la semaine

Lundi

Nuggets de blé

 Purée du chef de PDT bio locale
Brie
Fruit bio


Mardi

Mission anti-gaspi

Pâtes sauce aux légumes et soja
Fusilli bio
Yaourt nature bio
Dosette de sucre
Fruit bio


Mercredi

Chou chinois

 Vinaigrette bio balsamique
Steak de seitan bio (blé et légumes)
Brocolis sauce béchamel
Semoule bio
Fromage blanc bio
Crème de marrons

Baguette bio
Chocolat au lait (tablette)
Fruit bio (goûter)

Jeudi

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



Oeuf dur BIO et mayonnaise
Epinards branches à la crème

 Riz bio

Yaourt nature brassé de la fromagerie Maurice
Sucre roux

Vendredi

Repas végétarien

 Fondant bio au fromage de brebis
Salade de haricots verts
 Vinaigrette maison bio
Cantal aop
Pomme bio de producteur local

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture Biologique



Appellation d'Origine Protégée



Charolais



Plat du chef

la cantine pas pareille

Paris 18 (Elémentaire végétarien)
Menus du 26/11/2018 au 30/11/2018



Menu de la semaine

Lundi

Boulettes de lentilles BIO
et sauce cocktail
Petits pois extra fins
Carré
Fruit bio local

Mardi

Mélange boulgour bio brocolis
et haricots rouges
Haricots beurre persillés
Montcadi croûte noire
Pomme bio de producteur local

Mercredi

Repas végétarien

Soupe de lentilles bio au cumin
Parmentier courge butternut
bio (haché végétal) du chef
Yaourt nature bio de Sigy
(ferme IDF)
Miel coupelle

Baguette bio
Gouda bio
Fruit bio (goûter)

Jeudi

Salade verte bio
Vinaigrette bio aux herbes
Pdt bio locale au fromage façon
tartiflette
Smoothie carotte et orange

Vendredi

Carottes râpées bio locales
Vinaigrette maison bio
Sauce façon bolognaise de
pois cassés
Pennes bio
Emmental râpé
Purée de pommes bio du
chef

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille




Paris 18 (Elémentaire végétarien)
Menus du 03/12/2018 au 07/12/2018




Menu de la semaine

Lundi



Repas végétarien

 Chili sin carne bio (haché végétal)


Edam



 Fruit bio local

Mardi

 Emincé d'endives bio
 Vinaigrette bio provençale



Omelette BIO


 Frites bio




Yaourt brassé à la vanille de la fromagerie Maurice




Mercredi

Quenelles nature sauce aurore

 Poêlée de légumes bio (courgettes, carottes et pommes de terre) au persil



Emmental


 Fruit bio local



 Baguette bio
Chocolat au lait (tablette)
 Lait bio

Jeudi

Les pas pareille


 Salade verte bio

  Vinaigrette maison bio


Quiche de butternut mozzarella et noisette

 Lentilles mijotées bio locales



IDF

 Fromage blanc bio façon Straciatella

Vendredi

Nuggets de blé
Purée de potiron et pommes de terre


 Camembert bio


Cake au curcuma du chef (farine locale et oeuf BIO)

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy




la cantine pas pareille

Paris 18 (Elémentaire végétarien)
Menus du 10/12/2018 au 14/12/2018




Menu de la semaine

Lundi


 Couscous végétarien aux pois chiches (semoule BIO)


 Saint Nectaire aop

 Fruit bio local


Mardi


Amuse-bouche: Crosnes crévés

 Salade de pommes de terre bio


 Vinaigrette bio provençale

Boulettes de flageolets BIO et sauce cocktail

 Carottes fraîches bio locales au persil

 Fromage blanc bio
Sucre roux


Mercredi

 Potage de légumes variés bio
Emmental râpé

sauce aux légumes et soja

 Riz bio


 Fruit bio local


 Baguette bio
Chocolat au lait (tablette)

 Lait bio

Jeudi

Céleri rémoulade bio local



 Fondant bio au fromage de brebis
Purée de brocolis et pommes de terre


 Yaourt nature bio
Dosette de sucre

Vendredi


Repas végétarien


 Carottes râpées bio locales

  Vinaigrette maison bio

 Omelette bio

Ratatouille à la niçoise

 Pommes de terre bio

  Purée de pommes bio du chef

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture Biologique



Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge



Plat du chef

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille

Paris 18 (Elémentaire végétarien)
Menus du 17/12/2018 au 21/12/2018



Menu de la semaine

Lundi

Repas végétarien

Boulette de soja tomatée
Haricots verts
au jus de légumes
 Pennes bio
Pont l'Evêque aop
Fruit bio local

Mardi

 Emincé d'endives bio
 Vinaigrette bio aux herbes
Nuggets de pois chiches BIO
 Légumes d'hiver bio au gratin
(carottes bio, salsifis, pommes de terre bio)
Yaourt nature bio de Sigy
(ferme IDF)
Dosette de sucre

Mercredi



 Céleri bio rémoulade au curry
Oeuf dur BIO et mayonnaise
Epinards branches à la crème
 Boulgour bio
Fromage blanc bio
Miel coupelle
Baguette bio
Chocolat au lait (tablette)
 Fruit bio (goûter)

Jeudi

Repas de Noël

Emmental'cake (farine locale et
oeuf BIO)
Sauce ciboulette
Fondant bio au potiron épicé
(gingembre) du chef
Galette de pommes de terre
Sapin aux chocolats
Sirop d'orange

Vendredi

 Parmentier courge butternut bio
(haché végétal) du chef
Mâche
 Vinaigrette maison bio
Tomme blanche
Fruit bio local

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