



# Menu

Du 5 Septembre au 2 Octobre

snacking  
**HEALTHY**



**CUISINE  
FRAÎCHE**  
de saison

## Plats chauds

*Végé* Risotto de céleri, noisettes,  
petits pois, beurre blanc *sans gluten*

Lasagnes poulet curry

Seiche à la sétoise *sans gluten*

## Desserts

Fromage blanc, fruits secs et graines de courge *sans gluten*

Mousse au chocolat noir et amandes torréfiées *sans gluten*

Melon découpé *sans gluten*

Cake patate douce et chocolat *sans gluten*

**MAXI** cookie chocolat blanc et noisettes

## Poke bowls

### POKE FRAÎCHEUR

*Végé* Betteraves, tomates, quinoa,  
courgettes, mozzarella *sans gluten*

### POKE NATURE

*Végé* Haricots verts, tomates  
cerises, édamamé, féta,  
pennes

### POKE POULET

Poulet, fromage blanc façon  
shawarma

### POKE SAUMON

Saumon, chou-fleur, haricots rouges,  
riz et millet *sans gluten*

### POKE RILLETTES DE COLIN

Rillettes de colin au citron, riz  
rond, fèves et betteraves *sans gluten*

## Sandwichs

*Végétarien* **LE CAPRICE** Fromage de chèvre frais, abricots secs et noix

**LE MARMITHON** Thon, carottes, fromage blanc, curry

**LE SOLANID** Rillettes de saumon, orange, noisettes

**LE GUSTO** Poulet, tomates, mozzarella, pesto

**LE JB** Jambon, beurre, salade

LES HALLES  
**SOLANID**

Origines: Poulet sauté France - Boeuf et poulet émincé UE

