

season

LUNDI - SAMEDI
08H30 / 01H00

DIMANCHE
08H30 / 19H00
LA CUISINE FERME À 16H

1 RUE CHARLES FRANÇOIS DUPUIS - 75003 PARIS

www.season-paris.com

TARTINES, PAIN BAGUETTE ET PAIN AUX CÉRÉALES SANS GLUTEN - 5€

Beurre, confiture ou Nocciolata (pâte à tartiner bio)

PANCAKES D'OLIVER - 10€ Pancakes, bacon « crispy », sirop d'érable, crème de fleur d'oranger, noix de pécan

BANANA TARTINE - 9€ Tartine de pain aux céréales sans gluten, purée d'amandes au miel, bananes, raisins secs et/ou fruits frais

ACAÏ BOWL SEASON - 10€ Banane et pulpe d'acaï, topping

MATCHA BOWL SEASON - 10€ Banane et matcha, topping

TARTINE RICOTTA - 9€ Tartine de pain aux céréales sans gluten, ricotta au miel, fruits rouges, graines de pavot

DEAR MUESLI - 9€ Fromage blanc, muesli, fruits frais + au choix :

Cool kid – flocons de céréales, miel, amandes, graines de pavot & tournesol, sésame blond complet - fruits secs : noix de coco, fraise, banane

Booster – crunchy granola, graines de courge et lin doré - fruits secs : datte, pomme, cerise

King Carioca - flocons de céréales, amandes, baies de goji, noix du Brésil - fruits secs : noix de coco, ananas, framboise

Forest – crunchy granola, noix, graines de lin brun et de tournesol - fruits secs : pomme, figue

TARTINE D'AVOCAT AUX ÉPICES - 9€ / AVEC OEUFS POCHÉS - 12€

Pain aux céréales (+1€ avec pain sans gluten), crème d'avocat, citron, curry, moutarde à l'ancienne, gomasio

TARTINE D'AVOCAT SAUMON - 11€ / AVEC OEUFS POCHÉS - 13€

Pain aux céréales (+1€ avec pain sans gluten), chèvre frais, crème d'avocat, saumon mariné

MATINAL BAGEL - 10€ Pain Bagel, fine omelette à l'harissa, beurre de cajou, confiture de tomates maison, avocat

SEASON BURRITO - 14€ Galette de blé aux graines, omelette, avocat, sauce tomate épicée aux haricots noirs, poivrons verts, yaourt grec, ciboulette, salade

SHAKSHUKA SANS/AVEC MERGUEZ - 9€/11€

Oeuf poché dans sa sauce tomate pimentée, coriandre, pomme de terre, poivrons rouges, épices

SEASON BOWL SANS/AVEC POULET - 15€/16€

Risotto d'épeautre, tapenade d'olives noires, parmesan, choux rouge, tagliatelles de courgettes, asperges vertes, gomasio, pousses d'épinards

BÔ BUN TOFU - 15€ OU BOEUF - 17€

Nouilles de riz, tofu poêlé aux oignons ou boeuf à la citronnelle, carottes, betteraves, oignons rouges, menthe, coriandre, cacahuètes, nems au tofu, sauce au poisson

TAGLIATELLES DE COURGETTES - 17€ Asperges vertes, oeuf poché, parmesan, tagliatelles de courgettes, pesto, basilic & noix de cajou

SEASON BURGER - 16€ Pain sans gluten «NOGLU», steak veggie (haricots rouges), aneth, mayonnaise maison, comté, cornichons, batavia, chips « season »

SEASON FALAFEL - 16€ Falafel, choux rouges, coriandre, baba ghanoush, menthe, pousses d'épinard, harissa, sauce tahini, pain naan homemade

LE PASTRAMI - 16€ Sandwich Pain de campagne, pastrami, mayonnaise à l'aneth, comté, cornichons, moutarde américaine, chips « season »

LE NAAN - 16€ Poulet sauce saté, pain naan, Philadelphia, épinards roulés dans un naan homemade

PIZZETTE GREEN (pâte à la farine d'épeautre) - 13€

Pesto de roquette & pistache, ricotta et mozzarella

PIZZETTE RED (pâte à la farine d'épeautre) - 13€

Sauce tomate, mozzarella, roquette, pastrami

DIM SUM DE YOOM x3/x9

Vapeurs aux légumes / poulet citronnelle / crevette

SALADE DE SAUMON MARINÉ

Salade mélangée, saumon mariné, mangue, gingembre, graines de courge, pousses de betterave

SALADE DE QUINOA SANS / AVEC POULET

Salade mélangée, trio de quinoa, raisins, coriandre, oignons rouges, pistache, avocat, yaourt grec à la sauce tahini, poulet mariné au miel & sésame

SMALL
7€

LARGE
20€

9€

16€

8€/9€

14€/16€



 seasonparis3

 #seasonparis

SEASON SPÉCIAL - 12€

Lunch du lundi au vendredi = Plat du jour + Un expresso

DESSERTS - 8€

Gâteau au chocolat sans gluten de «Dounia Sillem»

Cheesecake / Salade de fruits / Cake avocat chocolat