



30 Mars 2018

---

**INFORMATION DES CONSOMMATEURS SUR LES ALLERGÈNES À DÉCLARATION OBLIGATOIRE  
POUR LES DENRÉES ALIMENTAIRES NON-PRÉEMBALLÉES**



## Gluten

Céréales contenant du gluten : blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées et produits à base de ces céréales

1 boule de crème glacée et sorbet

2 boules de crème glacée et sorbet

3 boules de crème glacée et sorbet

vanille, chocolat noir, café, citron vert, mangue, fraise, pistache

Ardoise de charcuterie

Ardoise mixte

Assiette de saumon fumé crème citronnée à la ciboulette, pain toasté

Assiette de trois fromages au choix cantal, bleu d'auvergne, saint-nectaire, chèvre

Authentique ardoise de charcuterie

Auvergnat jambon de pays, Cantal

Bavette d'ailou

sauce échalote, frites, salade

Brioche façon pain perdu au caramel beurre salé maison notre spécialité

Café Liégeois glace café (2 boules), espresso, crème à la vanille façon chantilly

Café très gourmand du Paris Montparnasse

Coupe Colonel sorbet citron vert (2 boules), vodka

Coupe Paris Montparnasse

sorbet mangue, citron vert, fruits frais, sirop de pamplemousse, crème à la vanille façon chantilly

Crème brûlée à la cassonade et à la vanille Bourbon

Crêpe au caramel beurre salé maison

Crêpe au sucre ou sucre beurre salé

Crêpe confiture

Crêpe flambée au Grand Marnier

Crêpe Nutella

Crêpe Nutella banane

Crêpe Nutella, boule de vanille et crème à la vanille de Madagascar façon chantilly

Croque Madame frites, salade

Croque Monsieur frites, salade

Fish Burger

pain boulanger la Parisienne, pavé de cabillaud à la panure croustillante, romaine, tomate confite, sauce béarnaise

Jambon de pays

Jambon ou fromage frites, salade

Mixte

Mixte : jambon et fromage frites, salade

Nature frites, salade

Paris Montparnasse

mesclun, saumon fumé, œuf poché, avocat,  
crème citronnée à la ciboulette, toasts grillés

Parisienne

mesclun, œuf dur, tomates, maïs, emmental,  
jambon de paris, champignons de paris

Pâté, Saucisson, Jambon blanc, Emmental

Poulet fermier

Poulet fermier rôti

jus de cuisson, frites ou purée de butternut

Purée de butternut

Salade César

romaine, émincé de poulet grillé, croutons, crispy d'oignons, parmesan, sauce césar

Soupe à l'oignon gratinée au fromage

Spaghetti bolognaise

Supplément crème à la vanille façon chantilly

Tagliatelle à la carbonara

Tagliatelle aux deux saumons

Tartare de bœuf préparé par nos soins

(env. 180g) cru ou aller-retour, frites, salade

Terrine de foie gras maison mendiants aux fruits secs, toasts grillés

Tiramisu aux fruits rouges et au jasmin

Végétarienne

mesclun, choux kale, tomates, avocat,

galette de quinoa aux légumes, légumes sautés, concombre, maïs, champignons de paris

Veggie Burger

pain boulanger la Parisienne, crème de sésame, steak de quinoa aux légumes, servi avec gros champignons

Véritable hamburger de bœuf

pain boulanger la Parisienne, steak frais origine France 120g, romaine, tomate confite, confit d'oignons rouges, saint nectaire, sauce du chef



## **Crustacés**

Crustacés et produits à base de crustacés

Fish Burger

pain boulanger la Parisienne, pavé de cabillaud à la panure croustillante, romaine, tomate confite, sauce béarnaise



## Œufs

Œufs et produits à base d'œufs

Brioche façon pain perdu au caramel beurre salé maison notre spécialité

Brooklyn Detox

choux kale, mesclun, spirales d'épeautre sans oeuf  
avocat, orange, oignons rouges

Café très gourmand du Paris Montparnasse

Crème brûlée à la cassonade et à la vanille Bourbon

Crêpe au caramel beurre salé maison

Crêpe au sucre ou sucre beurre salé

Crêpe confiture

Crêpe flambée au Grand Marnier

Crêpe Nutella

Crêpe Nutella banane

Crêpe Nutella, boule de vanille et crème à la vanille de Madagascar façon chantilly

Croque Madame frites, salade

Croque Monsieur frites, salade

Fish (cabillaud) & chips sauce bearnaise

Jambon ou fromage frites, salade

Mixte : jambon et fromage frites, salade

Nature frites, salade

Paris Montparnasse

mesclun, saumon fumé, œuf poché, avocat,  
crème citronnée à la ciboulette, toasts grillés

Parisienne

mesclun, œuf dur, tomates, maïs, emmental,  
jambon de paris, champignons de paris

Salade César

romaine, émincé de poulet grillé, croustons, crispy d'oignons, parmesan, sauce césar

Tagliatelle à la carbonara

Tagliatelle aux deux saumons

Tartare de bœuf préparé par nos soins

(env. 180g) cru ou aller-retour, frites, salade

Tiramisu aux fruits rouges et au jasmin

Végétarienne

mesclun, choux kale, tomates, avocat,  
galette de quinoa aux légumes, légumes sautés, concombre, maïs, champignons de paris

Véritable hamburger de bœuf

pain boulanger la Parisienne, steak frais origine France 120g, romaine, tomate confite, confit d'oignons rouges, saint nectaire,  
sauce du chef



## Poissons

Poissons et produits à base de poissons

Assiette de saumon fumé crème citronnée à la ciboulette, pain toasté

Filet de bar à la plancha sauce exotique, poêlée de légumes de saison

Fish (cabillaud) & chips sauce bearnaise

Fish Burger

pain boulanger la Parisienne, pavé de cabillaud à la panure croustillante, romaine, tomate confite, sauce béarnaise

Paris Montparnasse

mesclun, saumon fumé, œuf poché, avocat,  
crème citronnée à la ciboulette, toasts grillés

Pavé de saumon

sauce chimichurri, poêlée d'haricots verts

Tagliatelle aux deux saumons



## Lait

Lait et produits à base de lait, y compris lactose

1 boule de crème glacée et sorbet

2 boules de crème glacée et sorbet

3 boules de crème glacée et sorbet

vanille, chocolat noir, café, citron vert, mangue, fraise, pistache

Ardoise mixte

Assiette de trois fromages au choix cantal, bleu d'auvergne, saint-nectaire, chèvre

Auvergnat jambon de pays, Cantal

Brioche façon pain perdu au caramel beurre salé maison notre spécialité

Café Liégeois glace café (2 boules), espresso, crème à la vanille façon chantilly

Café très gourmand du Paris Montparnasse

chimichurri, barbecue, béarnaise, poivre de madagascar

Coupe Colonel sorbet citron vert (2 boules), vodka

Coupe Paris Montparnasse

sorbet mangue, citron vert, fruits frais, sirop de pamplemousse, crème à la vanille façon chantilly

Crème brûlée à la cassonade et à la vanille Bourbon

Crêpe au caramel beurre salé maison

Crêpe au sucre ou sucre beurre salé

Crêpe confiture

Crêpe flambée au Grand Marnier

Crêpe Nutella

Crêpe Nutella banane

Crêpe Nutella, boule de vanille et crème à la vanille de Madagascar façon chantilly

Croque Madame frites, salade

Croque Monsieur frites, salade

Indémoudable magret de canard sauce poivre  
poêlée de légumes ou purée de butternut

Mixte

Paris Montparnasse

mesclun, saumon fumé, œuf poché, avocat,  
crème citronnée à la ciboulette, toasts grillés

Pâté, Saucisson, Jambon blanc, Emmental

Poulet fermier rôti

jus de cuisson, frites ou purée de butternut

Purée de butternut

Salade de haricots verts, magret fumé et copeaux de parmesan vinaigrette au cidre

Soupe à l'oignon gratinée au fromage

Supplément crème à la vanille façon chantilly

Véritable hamburger de bœuf

pain boulanger la Parisienne, steak frais origine France 120g, romaine, tomate confite, confit d'oignons rouges, saint nectaire,  
sauce du chef



## **Moutarde**

Moutarde et produits à base de moutarde

### **Brooklyn Detox**

choux kale, mesclun, spirales d'épeautre sans oeuf  
avocat, orange, oignons rouges

### **Fish (cabillaud) & chips sauce bearnaise**

### **Fish Burger**

pain boulanger la Parisienne, pavé de cabillaud à la panure croustillante, romaine, tomate confite, sauce béarnaise

### **Paris Montparnasse**

mesclun, saumon fumé, œuf poché, avocat,  
crème citronnée à la ciboulette, toasts grillés

### **Parisienne**

mesclun, œuf dur, tomates, maïs, emmental,  
jambon de paris, champignons de paris

### **Salade César**

romaine, émincé de poulet grillé, croutons, crispy d'oignons, parmesan, sauce césar

### **Tartare de bœuf préparé par nos soins**

(env. 180g) cru ou aller-retour, frites, salade

### **Végétarienne**

mesclun, choux kale, tomates, avocat,  
galette de quinoa aux légumes, légumes sautés, concombre, maïs, champignons de paris

### **Véritable hamburger de bœuf**

pain boulanger la Parisienne, steak frais origine France 120g, romaine, tomate confite, confit d'oignons rouges, saint nectaire,  
sauce du chef



## **Sésame**

Graines de sésame et produits à base de graines de sésame

### **Veggie Burger**

pain boulanger la Parisienne, crème de sésame, steack de quinoa aux légumes, servi avec gros champignons

### **Véritable hamburger de bœuf**

pain boulanger la Parisienne, steak frais origine France 120g, romaine, tomate confite, confit d'oignons rouges, saint nectaire,  
sauce du chef