



12 Janvier 2019

## 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

Ardoise de charcuterie ou mixte (charcuteries et fromages)

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

Authentique ardoise de charcuterie ou mixte (charcuteries et fromages)

Auvergnat jambon de pays, Cantal

Avocado toast

pain céréales, avocat, coriandre, huile de sésame, poivre concassé, émietté de chèvre

Brioche façon pain perdu au caramel beurre salé maison notre spécialité

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

Café très gourmand du Paris Montparnasse

Club Sandwich au poulet frites maison

Club Sandwich au saumon fumé frites maison

Coupe Colonel sorbet citron vert (2 boules), vodka

Coupe Paris Montparnasse

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

Crème brûlée revisitée au chocolat

Crêpe au caramel beurre salé maison

Crêpe au sucre ou sucre beurre salé

Crêpe confiture fraise, abricot ou prune

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

Hamburger de bœuf

pain boulanger la Parisienne, steak frais origine France,  
romaine, tomate confite, cheddar, moutarde à l'ancienne, confit d'oignons rouges

Jambon de pays

Jambon ou fromage frites, salade

Mixte

Mixte : jambon et fromage frites, salade

Paris Montparnasse

mesclun, saumon fumé, œuf poché, avocat,

crème citronnée à la ciboulette, toasts grillés

Le Paris Montparnasse - 43, avenue du Maine, 75014 Paris, France

Parisienne  
mesclun, œuf dur, tomates, maïs, emmental,  
jambon de paris, champignons de paris  
Pâté ou Saucisson ou Jambon blanc ou Emmental  
Poulet fermier  
Poulet fermier rôti  
jus de cuisson, frites maison  
Purée de butternut  
Quelques tranches de saumon fumé crème citronnée à la ciboulette, pain toasté  
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  
Terrine de foie gras de canard maison chutney poires & figues  
Tiramisu aux fruits rouges et au jasmin  
Veggie Burger  
pain boulanger la Parisienne, romaine, sauce soja épaisse, steak de quinoa aux légumes, frites maison



### **Crustacés**

Crustacés et produits à base de crustacés  
Club Sandwich au saumon fumé frites maison  
Salade César  
romaine, émincé de poulet grillé, croutons, crispy d'oignons, parmesan, sauce césar



## Œufs

### Œufs et produits à base d'œufs

Banana Split glace fraise, vanille, chocolat, crème à la vanille façon chantilly, chocolat, banane

Belle côte de cochon (env. 300g) sauce moutarde à l'ancienne, pommes mitraille

Brioche façon pain perdu au caramel beurre salé maison notre spécialité

Café très gourmand du Paris Montparnasse

Club Sandwich au poulet frites maison

Club Sandwich au saumon fumé frites maison

Côte de cochon fermier Label Rouge (env. 300g)

sauce moutarde à l'ancienne, pommes mitraille

Crème brûlée revisitée au chocolat

Crêpe au caramel beurre salé maison

Crêpe au sucre ou sucre beurre salé

Crêpe confiture fraise, abricot ou prune

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

Les vieux œufs mayo

Mixte : jambon et fromage 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, croutons, 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



## Poissons

Poissons et produits à base de poissons

Club Sandwich au saumon fumé frites maison

Filet de bar à la plancha pesto rouge, ratatouille maison & quinoa rouge

Fish (cabillaud) & chips sauce bearnaise

Paris Montparnasse

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

Quelques tranches de saumon fumé crème citronnée à la ciboulette, pain toasté

Salade César

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

Tagliatelle aux deux saumons

Tartare de bœuf préparé par nos soins (env. 180g) cru ou aller-retour, frites, salade

Tartare de daurade royale à la mangue,  
kiwi & coriandre, jeunes pousses d'épinards



## Arachides

Arachides et produits à base d'arachides

Veggie Bowl sauce cacahuète (servie à part!)

Quinoa rouge, jeunes pousses d'épinards, avocat, kale, tomates cerise, poivrons jaunes, amandes et coriandre



## Soja

Soja et produits à base de soja

Veggie Burger

pain boulanger la Parisienne, romaine, sauce soja épaisse, steak de quinoa aux légumes, frites maison



## 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

Ardoise de charcuterie ou mixte (charcuteries et fromages)

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

Authentique ardoise de charcuterie ou mixte (charcuteries et fromages)

Auvergnat jambon de pays, Cantal

Belle côte de cochon (env. 300g) sauce moutarde à l'ancienne, pommes mitraille

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

Chocolat Liégeois glace chocolat (2 boules), sauce chocolat, crème à la vanille façon chantilly

Club Sandwich au poulet frites maison

Club Sandwich au saumon fumé frites maison

Côte de bœuf de tradition environ 600g, pour les épicuriens  
sauce poivre vert ou béarnaise

Côte de cochon fermier Label Rouge (env. 300g)  
sauce moutarde à l'ancienne, pommes mitraille

Coupe Colonel sorbet citron vert (2 boules), vodka

Coupe Paris Montparnasse  
sorbet mangue, citron vert, fruits frais, crème à la vanille façon chantilly

Crème brûlée revisitée au chocolat

Crêpe au caramel beurre salé maison

Crêpe au sucre ou sucre beurre salé

Crêpe confiture fraise, abricot ou prune

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

Entrecôte de bœuf origine France environ 350g, sauce poivre vert ou béarnaise

Indémorable magret de canard sauce poivre  
ratatouille ou purée de patates douces

Jambon ou fromage frites, salade

Mixte

Mixte : jambon et fromage frites, salade

Panna cotta à la liqueur de verveine

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

Pâté ou Saucisson ou Jambon blanc ou Emmental

Purée de butternut

Quelques tranches de saumon fumé crème citronnée à la ciboulette, pain toasté

Supplément crème à la vanille façon chantilly

Tagliatelle à la carbonara

Tagliatelle aux deux saumons

Velouté Veggie et Tonus servi froid l'été et chaud l'hiver  
brocoli, poireau, pomme golden, lait de coco, pesto vert et noix



## Moutarde

Moutarde et produits à base de moutarde

Belle côte de cochon (env. 300g) sauce moutarde à l'ancienne, pommes mitraille

Côte de bœuf de tradition environ 600g, pour les épicuriens  
sauce poivre vert ou béarnaise

Côte de cochon fermier Label Rouge (env. 300g)  
sauce moutarde à l'ancienne, pommes mitraille

Détox Végétarienne

mesclun, choux kale, tomates, avocat,  
galette de quinoa aux légumes, légumes méditerranéens mijotés, concombre, kiwi, graines de courge

Entrecôte de bœuf origine France environ 350g, sauce poivre vert ou béarnaise

Fish (cabillaud) & chips sauce bearnaise

Hamburger de bœuf

pain boulanger la Parisienne, steak frais origine France,  
romaine, tomate confite, cheddar, moutarde à l'ancienne, confit d'oignons rouges

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

Salade de haricots verts frais

et sa vinaigrette originale  
avec morceaux de foie gras de canard (sup. +5€)

Tartare de bœuf préparé par nos soins (env. 180g) cru ou aller-retour, frites, salade

Tartare de daurade royale à la mangue,  
kiwi & coriandre, jeunes pousses d'épinards



## Sésame

Graines de sésame et produits à base de graines de sésame

Avocado toast

pain céréales, avocat, coriandre, huile de sésame, poivre concassé, émiété de chèvre

Hamburger de bœuf

pain boulanger la Parisienne, steak frais origine France,  
romaine, tomate confite, cheddar, moutarde à l'ancienne, confit d'oignons rouges

Veggie Bowl sauce cacahuète (servie à part!)

Quinoa rouge, jeunes pousses d'épinards, avocat, kale, tomates cerise, poivrons jaunes, amandes et coriandre

Veggie Burger

pain boulanger la Parisienne, romaine, sauce soja épaisse, steak de quinoa aux légumes, frites maison



## Mollusques

Mollusques et produits à base de mollusques

Les 6 Escargots façon Bourgogne au beurre d'ail doux