



Le petit déjeuner FORMULE

Au choix sur la carte

1 jus de fruits BIO

+ 1 cake

+ 1 boisson chaude

4.90€

Suggestions du jour

SANDWICH DU JOUR

4.40€

TARTE SALÉE DU JOUR

*Selon les légumes du moment, une part de tarte salée
accompagnée de salade verte*

4.50€

SOUPE DU JOUR kcal

Des soupes chaudes naturelles et sans conservateurs, 40cl

3.90€

PETIT PLAT CHAUD

Chaque jour un plat chaud complet, simple et équilibré

5.90€

SMOOTHIE DU JOUR kcal

Un jus de fruits mixés selon les fruits du moment

3,00€

À RETROUVER SUR www.simply-food.fr



AIX-LES MILLES

1140 rue Ampère - Actimart

Tél 04 42 39 74 55 / 06 86 85 97 36

commande-lesmilles@simply-food.fr



PARC DU GOLF

Commande avant 10h15

Livraison entre 10h15 et 11h00

Z.I DES MILLES, LA DURANNE, L'ARBOIS

Commande avant 11h00

Livraison entre 11h00 et 12h30

Commande après 11h00

Livraison entre 12h45 et 13h45

AIX ROTONDE

67 rue Espariat

Tél 04 42 59 52 85

MARSEILLE 1^{er} PARADIS

16 rue du jeune Anacharsis

Tél 04 91 54 81 22

MARSEILLE 2^e JOLIETTE

Immeuble Coeur Méditerranée

35 bd de Dunkerque

(Accès par la Rue des Docks)

Tél 04 91 31 29 65

commande-joliette@simply-food.fr



MARSEILLE 6^e CASTELLANE

8 place Castellane

Tél 04 91 67 35 74

SUR PLACE À EMPORTER LIVRAISON

MARSEILLE 6^e PRÉFECTURE

28 bd Paul Peytral

Tél 04 91 89 50 81



SOPHIA ANTIPOLIS

425 rue de Goa

Tél 04 93 95 82 35

commande-sophia@simply-food.fr



Commande avant 11h00

Livraison entre 11h00 et 12h30

Commande après 11h00

Livraison entre 12h30 et 13h30

Zones livrées

Toute la zone de Sophia Antipolis

(excepté le Chemin de Saint-Bernard)

NICE ARÉNAS

455, promenade des Anglais

Porte de l'Arénas

Tél 04 92 07 00 67

commande-arenas@simply-food.fr



Livraison zone Arénas

Commande avant 11h00

FAITES-VOUS LIVRER
GRATUITEMENT VOTRE REPAS
DANS VOTRE BUREAU !
RENDEZ-VOUS SUR

www.simply-food.fr

MINIMUM 4€

8 janvier • 23 mars 2018



douceurs d'hiver



Eat healthy be happy





Salades

Petit épeautre BIO, petits pois, haricots verts, chèvre cendré, noisette, persil bvé	3.95€
Carottes râpées, choux blanc, mélange de graines vé g kcal	3.95€
Sarrasin, orge, millet, pomme, chèvre frais, oignon rouge, avocat, cranberries, amandes, persil vé	3.95€

Lentilles vertes BIO, tartare de saumon, céleri branche, sauce agrumes, grenade, avocat, ciboulette bg	4.95€
Salade romaine, avocat, poulet, parmesan, crackers d'épeautre, sauce césar	4.95€
Boullgour, oignon rouge, betterave, cranberries, feta, roquette vé	4.95€

Penne BIO blé complet, tartare de tomate, oignon rouge, olives noires, noix, tapenade d'artichaut, feta, persil bvé	6.20€
Lentilles blondes, choux blanc, bacon grillé, oeuf poché, persil, sauce échalote g	6.20€

 Mélangé quinoa boulgour, tomates cerises, fallafel, houmous, sauce tzatziki, poulet, salade verte, sésame	6.70€
 Fenouil, endive carmin, mesclun, chèvre, saumon, noix, ciboulette, pomme kcal	6.70€

Sandwichs froids

Pain sésame/pavot, beurre, batavia, jambon blanc, comté AOP, cornichon	4.30€
Pain BIO, houmous, roquette, tomate séchée, poivron grillé, oignons crispy bvé	4.30€
Pain tradition, sauce moutarde, salade, tomate, poulet, cheddar	4.45€
Club pain complet, moutarde au miel, salade, tomate, poulet, oeuf mimosa, emmental	4.10€

Sandwichs toastés

Pain Ciabatta, poulet au curry, mozzarella	4.60€
Pain Ciabatta, tapenade d'artichaut, champignons, aubergine grillée, persillade vé	4.60€
Pain foccacia, pesto, jambon, mozzarella	4.30€
Pain triangle, chèvre, emmental, cheddar vé	4.50€
Croqu'veggie, brie de Meaux AOP, noix, miel vé	3.50€
Croqu' jambon blanc, comté AOP	3.50€

Wraps

Wrap façon BANH MI	
Salade, carottes râpées, oignons crispy, poulet mariné aigre douce, persil plat kcal	4.60€
Wrap Toasté	
Pomme de terre rösté, fromage à raclette, champignons en persillade, bacon crispy	4.90€

Minis sandwichs

Pain bretzel, saumon fumé, cream cheese, ciboulette et citron	2.50€
Pain tradition, chèvre frais, miel, pousses d'épinard, tomate confite vé	2.30€
Pain tradition, jambon, beurre, cornichon, emmental	2.30€
Pain muffin toasté, mozzarella fumée, jambon de poulet	2.50€

Asian soup

Bouillon de légumes, crevettes, champignons, oignon, nouilles chinoises, gingembre, coriandre, lait de coco, épices Tom yam kcal	5.90€
Bouillon de légumes, émincé de poulet, carottes, chou, pousses d'épinards, gingembre, oignon rouge, coriandre, épices Tom yam kcal	5.90€



Boissons froides

Eau minérale Evian prestige	1.90€
Evian 1L	2.50€
Coca, coca zero, coca light	1.90€
Badoit	2.20€
Volvic citron ou thé pêche	2.20€
Vitamin well	2.90€
Eau de coco	2.90€

Aloe Drink For Life	2.50€
Arizona	2.95€
Berry	2.90€
Mangajo	2.90€
Jus de légumes	2.95€
Jus de fruits BIO b	2.95€
Bouteille de vin, 25 cl	3.95€
(rouge, rosé ou blanc)	

Desserts

Fromage blanc	
• Nature g kcal	2.10€
• Crème de marrons g	2.60€
• Gelée de framboises, Munchy seeds g	2.60€

Fromage blanc BIO b	
• Sirop d'érable, cubes de pain d'épice grillés	2.80€

 Banane, kiwi, mangue, fromage blanc BIO, vanillé açaï, Munchy seeds bg	4.95€
---	-------

Yaourt BIO bg kcal	2.10€
Yaourt au lait du jour g	2.60€

Panna cotta	2.60€
Coulis chocolat au lait	
Tiramisu	2.60€
Pomme, caramel, spéculos	
Cheese cake	2.60€
Façon Key Lime Pie : citron vert, biscuit concassé	
Crumble	2.60€
Aux fruits de saison	
Tapioca au lait de coco	2.10€
Coulis exotique	

Mousse aux 2 chocolats	2.60€
Banoffee	2.60€
Banane, biscuit, mascarpone	
Fruits d'hiver g kcal	2.50€
Mangue, kiwis	
Salade de fruits frais de saison g kcal	3.00€

Boissons chaudes

Café BIO b	1.80€
Macchiato	1.90€
Cappuccino	2.50€
Chocolat chaud	2.50€
Thé ou infusion	2.50€

Pâtisseries

Cakes	
• Pépites de chocolat & poires	2.50€
• Pistache & griottes	2.50€
• Carotte, cannelle & noix	2.50€

Gâteaux	
• Mi-cuit au chocolat	2.50€
• Muffin nature caramel	2.00€
• Muffin pépites de chocolat	2.30€
• Moelleux choco banane	1.90€
• Cookies	2.00€

Tartes	
• Tarte fine aux pommes	3.00€
• Tartelette aux myrtilles	2.90€

Un petit plaisir !

Munchy seeds vé g	1.50€
Mélange de graines grillées salées ou sucrées	
Barre de céréales bg	2.10€
Taste of nature BIO	
Petits carrés chocolat Michel & Augustin	
Chocolat g	2.90€
Carré Suisse	
Pop Corn Salés et sucrés (sans OGM) ..	1.90€
Bloom's	

Eat healthy
be happy

b Produits bio	g Sans gluten
vé Végétarien	kcal Faibles Calories