Carte Traiteur

SIMPLE ET BON

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

SIMPLE ET BON

Chez En 10 Saveurs, nous proposons un service traiteur sur mesure, conçu pour répondre aux besoins des entreprises soucieuses de bien manger et qui souhaitent soutenir un projet humain fort et engagé.

Notre cuisine gourmande, faite maison et adaptée à tous les régimes alimentaires, se distingue par son impact positif : nous employons des personnes en situation de handicap mental et cognitif, contribuant ainsi à un environnement de travail inclusif et solidaire.

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

ENTREPRISE ADAPTÉE

En 10 Saveurs est une entreprise adaptée qui allie exigence culinaire, performance économique et impact social.
Elle évolue pleinement dans le milieu ordinaire du travail comme toute entreprise, tout en portant un modèle inclusif fort.

Agréée par l'État, En 10 Saveurs emploie entre 55 et 75 % de salariés en situation de handicap. Les équipes travaillent dans un cadre bienveillant favorisant l'apprentissage, l'autonomie et la valorisation des compétences.

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Offre sur mesure

Des menus adaptés à vos besoins et à l'ambiance de votre événement.
Des solutions clés en main : service, matériel, décoration en option

Service flexible et réactif

Par mail ou par téléphone, nous serons les plus réactifs possible pour vous répondre et échanger sur vos attentes !

Impact positif

En optant pour notre service traiteur, vous contribuez à une économie inclusive et responsable

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Plateaux-repas

Menu wrap/bagel, dessert, boisson

15 € HT

Menu entrée, plat, dessert

20 € HT

Menu entrée, plat, dessert, boisson

22 € HT

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Plats du jour du moment

JANVIER / FÉVRIER 2026

SEMAINE PAIRE

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Tajine de poisson, semoule et petits légumes d'hivers	Gratin de crozets, comté, poireaux et chorizo	Boulettes de bœuf et ratatouille	Poulet yassa et riz parfumé	Curry de légumes d'hiver et crevettes au lait de coco
Poisson, Gluten, Céleri	*Gluten, Lactose, Œuf, Sulfites*	*Gluten, Œuf, Céleri*	*Moutarde, sulfites*	*Crustacés, Lactose, Céleri*

SEMAINE IMPAIRE

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Lentilles et saucisse de Morteau	Lasagnes saumon épinards	Pavé de poisson, purée de carottes et patates douces au cumin	Tartiflette et salade verte	Gratin de gnocchis, fêta et brocolis
Sulfites, Céleri	*Gluten, Lactose, Œuf, Poisson*	*Poisson, Lactose*	*Lactose, Sulfites, Moutarde*	*Gluten, Œuf, Lactose*

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

COCKTAIL

FORMULES

Chez En 10 Saveurs, on vous simplifie la vie !

Formule cocktail 100% végétarien

Pour un cocktail déjeunatoire réussi, nous vous conseillons 8 pièces salées et 4 pièces sucrées par personne / 24€ HT

Salé

Wrap végétarien
Cream cheese, roquette, petits légumes
Gluten, Lait

Wrap végan
Houmous de pois chiches, roquette, petits légumes
Gluten, Sésame

Pizza margarita
Tomate, mozzarella, pâte à pizza
Gluten, Lait

Empanadas végétarien
Houmous, carottes, pois chiches
Gluten, Sésame, Œuf

Mini tartelette chèvre épinards
Chèvre, épinards
Gluten, Lait, Œuf

Mini tartelette ricotta et tomates séchées
Ricotta, tomates séchées
Gluten, Lait, Œuf

Cannelé comté cumin
Comté, cumin
Gluten, Œuf, Lait

Verrine quinoa fêta et légumes croquants
Quinoa, fêta, légumes
Lait

Pour les gourmands, nous conseillons une planche de fromages ou de crudités en supplément

Sucré

Mini tartelette fruit et crème patissière
Fruit, crème patissière
Gluten, Lait, Œuf

Mini tartelette caramel au beurre salé
Caramel au beurre salé
Gluten, Lait, œuf

Mini fondant au chocolat
Chocolat
Lait, Œuf, Gluten

Brochette de fruits
Fruit

Sans gluten

Végétarien

Végan

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Formule cocktail classique

Pour un cocktail déjeunatoire réussi, nous vous conseillons 8 pièces salées et 4 pièces sucrées par personne / 25€ HT

Salé

Wrap cream cheese, poulet, roquette et petits légumes
Cream cheese, poulet, roquette, petits légumes
Gluten, Lait

Wrap végétarien
Cream cheese, roquette, petits légumes
Gluten, Lait

Blini saumon fumé
Saumon fumé, crème fraiche citronnée, ciboulette
Gluten, Œuf, Lait, Poisson

Brochette comté, pomme et magret de canard
Comté, pomme, magret de canard
Lait, Sulfites

Croque-monsieur
Pain, jambon, sauce béchamel, fromage
Gluten, Œuf, Lait

Pizza margarita
Tomate, mozzarella, pâte à pizza
Gluten, Lait

Empanadas végétarien
Houmous, carottes, pois chiches
Gluten, Lait, Sésame, Œuf

Verrine quinoa fêta et légumes croquants
Quinoa, fêta, légumes de saison
Lait

Pour les gourmands, nous conseillons une planche de fromages, de charcuterie ou de crudités en supplément

Sucré

Mini tartelette fruit et crème patissière
Fruit, crème patissière
Gluten, Lait, Œuf

Mini tartelette caramel au beurre salé
Caramel au beurre salé
Gluten, Lait, Œuf

Mini fondant au chocolat
Chocolat
Lait, Œuf, Gluten

Brochette de fruits
Fruit

Sans gluten

Végétarien

Végan

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

COCKTAIL

PIÈCES SALÉES

Mini empanadas

Empanadas boeuf-raisins secs marinés au pinot noir

Boeuf, raisins secs, pinot noir
Gluten, Sulfites, Lait, Œuf

Empanadas jurassien

Lardons, comté, oignons, crème fraîche
Gluten, Lait, Œuf

Empanadas thon tomates

Thon, tomates
Gluten, Lait, Poisson, Œuf

Empanadas végétarien

Houmous, carottes, pois chiches
Gluten, Lait, Sésame, Œuf

Empanadas Poulet

Poivron, poulet, oignon, sauce tomate
Gluten, Lait, Œuf

Plateau de 20 mini empanadas : 45 € HT

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Mini wraps

Wrap cream cheese, poulet, roquette et petits légumes

Cream cheese, poulet, roquette, petits légumes
Gluten, Lait

Wrap végétarien

Cream cheese, roquette, petits légumes
Gluten, Lait

Wrap cream cheese saumon avocat roquette

Cream cheese, saumon, avocat, roquette
Gluten, Lait, Poisson

Wrap végan

Houmous de pois chiches, roquette et petits légumes
Gluten, Sésame

Wrap cream cheese fêta jambon pesto

Cream cheese, fêta, jambon, pesto
Gluten, Lait, Fruits à coque

Wrap chèvre miel carottes roquette

Chèvre, miel, carottes, roquette
Gluten, Lait

Plateau de 20 mini wraps : 40 € HT

Brochettes

GLUTEN FREE

Brochette comté, pomme et magret de canard

Comté, pomme, magret de canard
Lait

Brochette crevette, chorizo

Crevette, chorizo, sauce teriyaki
Poisson, Crustacés, Sulfites

Brochette patate douce, poivrons, chorizo

Patate douce, poivrons, chorizo
Sulfites

Brochette raisin, comté, jambon cru

Raisin, comté, jambon cru
Lait, Sulfites

Brochette tomate, saumon, pomme de terre

Tomate, saumon fumé, pomme de terre
Poisson, Sésame

Brochette tomate, mozzarella, pesto

Tomate, mozzarella, pesto
Lait, Fruits à coque

Brochette melon, mozzarella, jambon cru

Melon, mozzarella, jambon cru
Lait, Sulfites

Plateau de 20 mini brochettes : 50 € HT

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Mini tartelettes

Mini tartelette ricotta et tomates séchées

Ricotta, tomates séchées
Gluten, Lait, Œuf

Mini tartelette chèvre épinards

Chèvre, épinards
Gluten, Lait, Œuf

Mini tartelette houmous de betterave et chèvre

Houmous de betterave, chèvre
Gluten, Lait, Sésame, Œuf

Mini tartelette comté bacon

Comté, bacon
Gluten, Lait, Œuf

Plateau de 20 mini tartelettes : 35 € HT

Planches

Charcuterie avec pain
Gluten, Sulfites
Une planche pour 10 personnes : 35 € HT

Fromage avec pain
Lait, Gluten
Une planche pour 10 personnes : 35€ HT

Crudités avec sauce (GLUTEN FREE)
*Œufs, Lait, Soja, Sulfites**
**Concernent les sauces possibles : tzatziki ou houmous*
Une planche pour 10 personnes : 30 € HT

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Bouchées salées

Cannelé champignons jambon blanc
Champignons, jambon blanc
Gluten, Lait, Œuf, Sulfites

Cannelé comté cumin
Comté, cumin
Gluten, Œuf, Lait

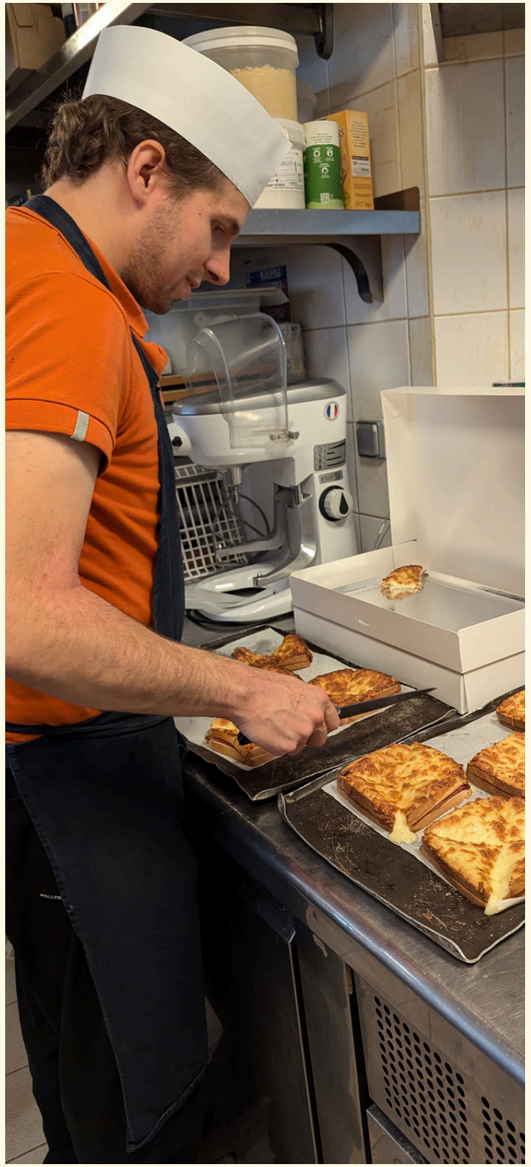
Blini saumon fumé
Saumon fumé, crème fraiche citronnée, ciboulette
Gluten, Œuf, Lait, Poisson

Pita houmous de betterave
Houmous de betterave
Gluten, Sésame

Madeleine chèvre et tomates séchées
Chèvre, tomates séchées
Gluten, Œuf, Lait

Croque-monsieur
Pain, jambon, sauce béchamel, fromage
Gluten, Œuf, Lait

Pizza margarita
Tomate, mozzarella, pâte à pizza
Gluten, Lait



EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Bouchées salées

Navette poulet curry
Poulet, curry
Gluten, Lait, Œuf, Sésame

Navette crème de thon
Crème de thon
Gluten, Lait, Œuf, Poisson

Navette comté tomate
Comté, tomate
Gluten, Lait, Œuf

Pita houmous avocat carottes râpées fêta
Houmous avocat, carotte râpées, fêta
Gluten, Lait, Sésame

Pita ricotta pesto mortadelle
Ricotta, pesto, mortadelle
Gluten, Lait, Fruits à coque

Burger végétarien
Petits légumes de saisons
Gluten, Œuf, Lait, Sésame

Burger poulet
Poulet, petits légumes de saison
Gluten, Œuf, Lait, Sésame

Friand au chili
Gluten, Œuf, Lait

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Verrines salées

Tartare saumon avocat
Saumon, avocat
Poisson

Taboulé citron confit et menthe
Citron confit, menthe

Quinoa, feta et petits légumes croquants
Quinoa, fêta, petits légumes
Lait

Chèvre magret de canard et pomme
Chèvre, magret de canard, pomme
Lait, Sulfites

Pommes de terre, saumon fumé, roquette
Pomme de terre, saumon fumé, roquette
Poisson

Lentilles corail, crème de coco curry
Lentilles de corail, crème de coco, curry
Sésame

Tomates, billes de mozzarella, pesto et parmesan
Tomates cerises, billes de mozzarella, pesto, parmesan
Lait, fruits à coque (pignons dans le pesto)

Tomates, concombre, féta
Tomates, concombre, feta
Lait

Lentilles saumon fumé ciboulette
Lentilles, saumon fumé, ciboulette
Poisson

Foie gras, pain d'épices et confit d'oignon
Foie gras, pain d'épices, confit d'oignon
Gluten, Sulfites

Méli-mélo melon pastèque menthe
Melon, pastèque, feuilles de menthe

Plateau de 10 verrines salées : à partir de 25 € HT

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

COCKTAIL

PIÈCES SUCRÉES

Verrines sucrées

Crumble pommes
Pommes, farine, sucre, beurre
Gluten, Lait

Panna cotta coulis fruits rouges ou caramel au beurre salé
Crème entière, sucre, vanille, gélatine, fruits rouges
Lait, Gélatine

Fondant au chocolat
Chocolat noir, beurre, sucre, œufs, farine de blé
Gluten, Lait, œuf

Flan coco
Lait concentré sucré, lait de coco, œufs
Lait, œuf

Banoffee
Crumble, beurre, banane, chocolat, crème
Gluten, Lait, Œuf

Cheese cake citron
Spéculoos, beurre, mascarpone, œufs, sucre, citron
Gluten, Lait, Œuf

Compote pomme cannelle
VEGAN GLUTEN FREE

Pommes, sucre, cannelle, jus de citron

Salade de fruits de saison
VEGAN GLUTEN FREE

Fruit

Plateau de 20 mini verrines sucrées : 50 € HT

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Bouchées sucrées

Financier coco chocolat
Coco, chocolat
Gluten, Œuf, Lait

Financier aux amandes
Amandes
Gluten, Œuf, Lait

Biscuits personnalisés
Gluten, Œuf, Lait

Brownie chocolat noisette
Chocolat, noisette
Gluten, Œuf, Lait, Fruits à coque

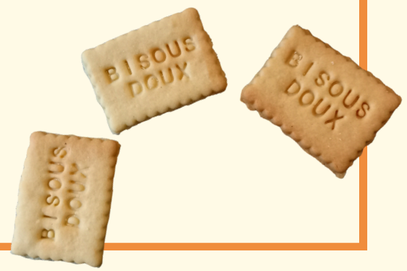
Carrot cake
Carotte
Gluten, Œuf, Lait, Fruits à coque

Cookies chocolat pecan
Chocolat, pecan
Gluten, Œuf, Lait, Fruits à coque

Cannelé chocolat
Chocolat
Gluten, Œuf, Lait

Brochettes de fruits de saison
VEGAN GLUTEN FREE

Fruits de saison



EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

COCKTAIL

BUFFET

Découvrez nos formules buffet : grands sandwichs / salades à partager / dessert et boissons : à partir de 20 € HT par personne

Sandwichs

Club sandwich houmous, avocat, carottes, feta

Houmous, avocat, carottes, fêta
Gluten, Sésame

Club sandwich poulet curry, légumes de saison

Poulet, curry, légumes de saison
Gluten, Lait, Sésame

Pain nordique, cream cheese, saumon

Cream cheese, saumon, roquette, légumes de saison
Gluten, Lait, Poisson

Pain nordique, cream cheese, poulet pesto

Cream cheese, poulet, pesto, roquette, légumes de saison
Gluten, Lait, Fruits à coque

Pain nordique, cream cheese, thon

Cream cheese, thon, roquette, légumes de saison
Gluten, Lait, Poisson

Bagels

Bagel cream cheese, saumon, avocat et roquette

Cream cheese, saumon, avocat, roquette
Gluten, Lait, Poisson, Sésame

Bagel cream cheese, légumes de saison et roquette

Cream cheese, légumes de saison, roquette
Gluten, Lait, Sésame

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Wraps

Wrap cream cheese, poulet, roquette et petits légumes
Cream cheese, poulet, roquette, petits légumes
Gluten, Lait

Wrap végétarien
Cream cheese, roquette, petits légumes
Gluten, Lait

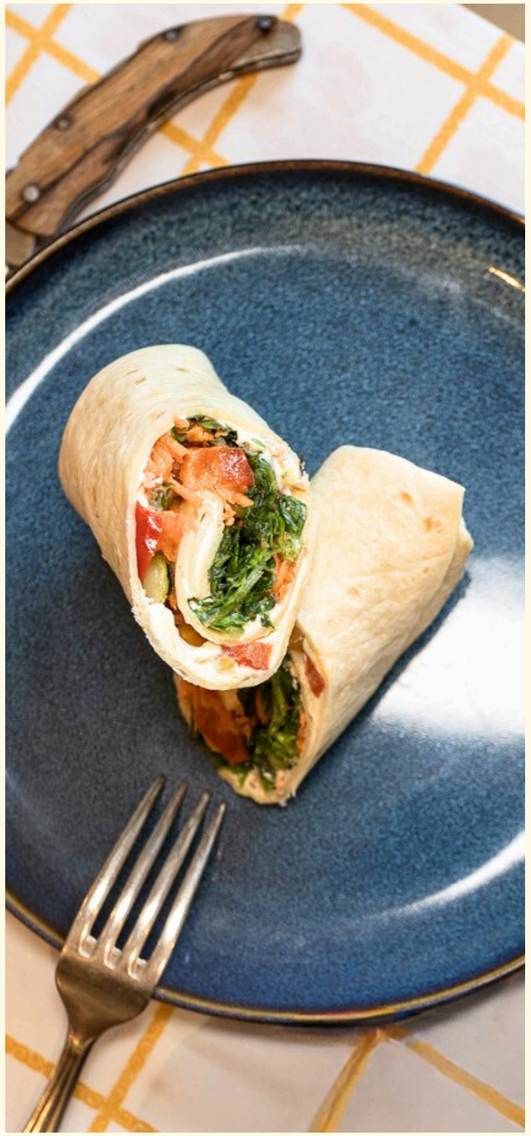
Wrap cream cheese saumon avocat roquette
Cream cheese, saumon, avocat, roquette
Gluten, Lait, Poisson

Wrap végan
Houmous de pois chiches, roquette et petits légumes
Gluten, Sésame

Wrap cream cheese fêta jambon pesto
Cream cheese, fêta, jambon, pesto
Gluten, Lait, Fruits à coque

Wrap chèvre miel
Chèvre, miel, carottes, roquette
Gluten, Lait

Wrap sauce tomate, poulet, poivrons et petits légumes
Sauce tomate, poulet, poivrons, petits légumes
Gluten



EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Bar à salades

Salade césar

Laitue, poulet, œuf, parmesan, croûtons
Gluten, Œufs, Lait

Salade italienne

Pâtes, jambon sec, mozzarella, pesto
Gluten, Lait, fruits à coque

Salade végétarienne

Quinoa, fêta, petits légumes
Lait

Salade vegan

Lentilles corail, pois chiches, roquette, carottes, cerneaux de noix
Fruits à coque

Salade norvégienne

Pommes de terres, saumon fumé, roquette, petites légumes
Poisson

Bar à salades :
Un saladier pour 10 personnes : 70 € HT

COCKTAIL

PETIT DÉJEUNER ET GOÛTER

Les classiques

Mini viennoiserie (pain au chocolat, croissant, pain aux raisins)
Gluten, œuf, Lait

Brioche pralinée
Gluten, œuf, Lait

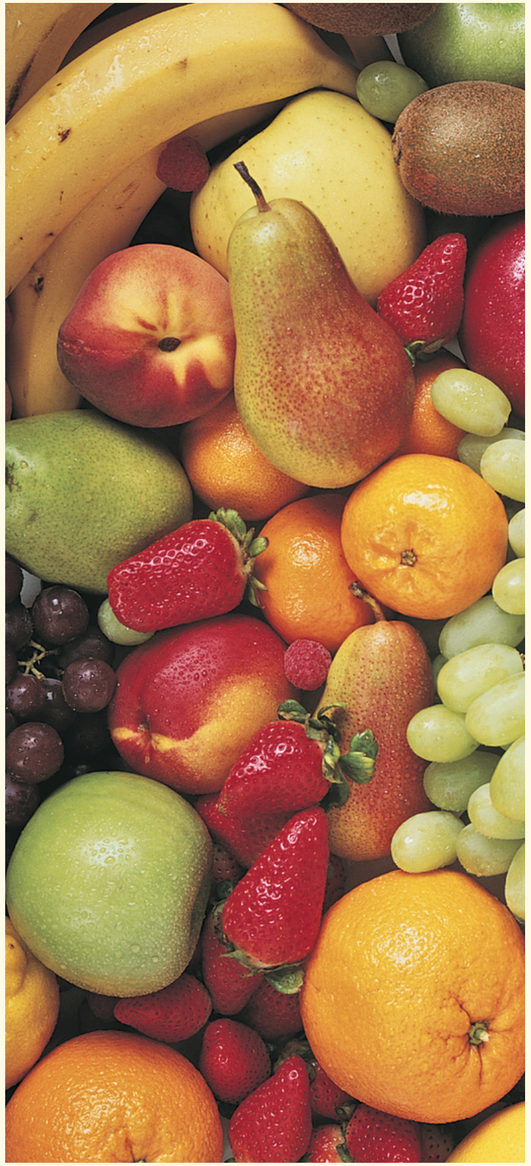
Roulé à la cannelle
Gluten, œuf, Lait, Soja

Corbeille de fruits

Thermos de café pour 10 personnes

Thé d'eau chaude + sachets de thé pour 5 personnes

Jus



EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Nos créations

Mini financier chocolat
Chocolat
Gluten, Œuf, Lait, Fruits à coque

Mini financier amandes
Amandes
Gluten, Œuf, Lait, Fruits à coque

Mini cannelé chocolat
Chocolat
Gluten, Œuf, Lactose

Chouquette
Pâte à chou, sucre
Gluten, Œuf, Lait

Petit-beurre personnalisé
Beurre, sucre, farine, eau
Gluten, Œuf, Lait

Brownie chocolat noisettes
Chocolat, noisettes
Gluten, Œuf, Lait, Fruits à coque

Madeleine vanille
Vanille
Gluten, Œuf, Lait

Madeleine chocolat
Chocolat
Gluten, Œuf, Lait

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

COCKTAIL

BOISSONS

Sans alcool

Badoit 75cl

Evian 75 cl

Cola 75 cl

Thé glacé 75 cl

Jus de pommes pétillant ESAT TROMELIN 75 cl

Jus de pommes classique ESAT TROMELIN 1l

Café 1 thermos pour 10 personnes

Thé 1 thermos d'eau chaude pour 5 personnes

Avec alcool

Bière Moulin des Moines petit épeautre ou châtaigne 33cl

Cidre Esat Tromelin 75cl

Vin blanc Esat Grande Arche Anjou blanc sec 75cl

Vin rouge Bordeaux Haut Médoc Château Villambis 75cl

Champagne brut Esat de Sezanne 75 cl

EN 10 SAVEURS
SIMPLE & BON

Zones de livraison : PARIS et 92
Autres zones sur demande

Frais de livraison : à partir de 40 € HT pour une livraison en vélo cargo.
Le prix de la livraison dépend de la zone de livraison et du volume de commande.
Minimum de commande : 100 € HT

POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOS PROJETS :

commercial@en10saveurs.com
06 98 43 01 42
en10saveurs.com