

Sweet Menu



Sweetandnuts
TASTY, FRESH AND HEALTHY

Votre traiteur healthy gourmand

Edition P/E -2025

Sommaire

Qui sommes nous ?.....	3
Nos engagements.....	4
Ils nous font confiance.....	5
Nos offres.....	6
Petit-déjeuner.....	7
Déjeuner - Dîner.....	10
Desserts.....	14
Produits sans gluten - vegan.....	16
Pièces cocktail.....	18
Offre clés en main.....	23
Frais annexes.....	25
Nous contacter.....	27

Qui sommes-nous ?

Chez Sweetandnuts, nous proposons des petits-déjeuners, des brunchs et des cocktails healthy et gourmand.

Nous souhaitons vous offrir une expérience gustative inoubliable en utilisant des ingrédients frais et de qualité. C'est pourquoi, nous privilégions les circuits courts en soutenant les fournisseurs locaux.

Sensibles à l'impact environnemental, nous utilisons également des emballages écoresponsables et avons choisi la livraison verte à vélo sur Paris et sa petite couronne.

Nous sommes convaincus que chaque geste compte dans la protection de notre planète.

Par ailleurs, notre engagement social ne s'arrête pas là. Sweetandnuts s'est engagé à faire un don chaque année à une association, en reversant un pourcentage de son chiffre d'affaires afin de soutenir ceux dans le besoin.

Si vous partagez ces valeurs, n'hésitez pas à nous contacter pour découvrir nos produits et services.



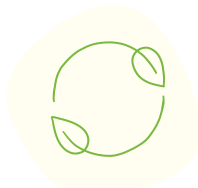
La Sweet Team

Nos engagements

Faire du bon tout en faisant du bien, nous y croyons !



SOLIDAIRE



COMPOSTAGE



RECYCLAGE



ZERO DECHET



ACHAT RESPONSABLE



ZÉRO PLASTIQUE

Un pourcentage de notre chiffre d'affaires annuel est reversé à une association

Nous donnons la priorité aux producteurs et artisans locaux.

C'est la somme de petits gestes qui crée de grands changements



Il^s nous font confiance

De la mode au sport, en passant par de grandes institutions, nos gourmandises healthy les ont tous fait craquer.



Nos offres

Deux formats



La livraison :

Simple vous commander on vous livre à vélo. Offre sans personnel sans installation. Vous pouvez aussi vous abonner. **Exemple** : petit déjeuner, afterwork livrer de manière quotidien, hebdomadaire . C'est vous qui choisissez la fréquence.

Événementiel :

Je compose mon buffet à la carte : plats, personnel, décorations, animations...

Ou

Buffet clés en main type grazing (cf. p.23)
Livraison, installation, mise en place, récupération et nettoyage du matériel, nappage, décoration florale.

Vous sélectionnez, nous installons. Vous dégustez, nous débarrassons.







Petit - déjeuner

Commencez la journée en beauté et rassasié !





Petit - déjeuner



Boissons froides

- Smoothie frais maison
- Jus d'orange pressé maison
- Eau de fruits classique ou violette 
- Eau de coco - ananas 
- Jus de fruit artisanal
- Thé glacé framboise - pêche - citron 
- Shot fruité gingembre 
- Citronnade
- Hibiscus - menthe
- Eau plate bouteille en verre
- Eau plate - gazeuse 0,5L / 1,5L

Boissons chaudes




- Café 100% BIO équitable
- Thé 100% BIO parfumé
- Café machine (sur événement)
- Chaï latte glacé (lait animal ou vegan) 
- Chaï latte chaud (animation) 
- Chocolat chaud Valrhona (animation)

Muesli bowls

- Muesli bowl au fromage blanc classique
- Muesli bowl fromage blanc et chocolat noir
- Muesli bowl au yaourt grec, noix et miel en rayon 
- Açaí bowl
- Porridge vanille, peanut butter, chocolat, amande, banane 





Salé

- Eggs muffins saumon, avocat, œuf brouillé, sauce hollandaise 
- Avocado toast
- Demi bagel au saumon x 8
- Œufs brouillés à la ciboulette ou à la truffe 
- Muffin salé 
- Box Sweety - Duo : Mix de charcuterie de bœuf et fromages (7-8 personnes)

Petit - déjeuner

Cakes


- Cake chocolat noir, noix de pécan
- Cake marbré vanille, chocolat
- Cake amande, miel 
- Cake citron, pavot bleu avec glaçage citron vert 
- Cake pistache, framboise



Muffins - cookies - brownies

- Mini muffins myrtilles
- Mini muffins framboises
- Mini muffins pâte à tartiner chocolat, noisette
- Mini muffins pommes, noix, cannelle
- Mini muffins noix de pécan caramel
- Cookie chocolat, noix de pécan, cranberries
- Cookie raisins secs, flocons d'avoine
- Cookie façon brownies
- Cookie matcha, chocolat blanc  
- Brownies aux noix

Autres sucrés

- Salade de fruits  
- Pancakes BIO x10
- Mini gaufres de Liège x10 
- Barre céréale classique ou chocolat noir 
- Madeleine coque en chocolat x10 
- Madeleine sans gluten x10 
- Mini financier sans gluten x10 
- Mélange de fruits secs 500 g à partager 
- Energy ball vegan sans gluten x10   
- Toast ricotta, mascarpone, chia, amandes, miel 
- Toast avocat sucré : avocat, grenade, vanille 
- Mango sticky rice sans lactose ni gluten   
- Cornet de fruits

Déjeuner & Dîner

Aussi beaux que bons, sains que gourmands,
l'équilibre parfait !





Déjeuner - Dîner



Entrées


Burrata crémeuse, éclats de pistache, grenade et pain frais 

Farandole de tomates colorées, burrata et grenade, servie avec du pain frais 

Houmous praliné : pois chiches, praliné noisette, tahini, zaatar et pain pita 

Guacamole 

Houmous classique ou betterave, légumes croquants et pain pita


Feta et yaourt grec, concombre, oignons, persil, citron 

Dips tzatziki, falafel, menthe, pain pita





Quiches

Quiche courgette, chèvre, menthe

Quiche poivrons grillés, mozzarella, pesto 

Quiche chèvre, miel, oignons caramélisés 


Quiche saumon, poireaux, moutarde à l'ancienne 

Quiche champignons, oignons caramélisés 

Quiche chèvre, tomates

Déjeuner - Dîner

Cakes salés

Cake courgette, feta, menthe 

Cake saumon fumé, aneth, citron 

Cake olives, feta, origan 

Cake thon, tomates séchées, moutarde à l'ancienne 

Bagels

Bagel poulet, moutarde miel, comté 

Bagel légumes grillés, straciatella


Bagel saumon fumé


Bagel pastrami

Sandwiches & wraps

Lobster rolls accompagné de salade coleslaw


Sandwich saumon fumé, fromage, concombre, avocat, roquette, citron, sésame 

Ciabatta truffée, bresaola, crème de brie, roquette, noisettes, pointe de miel 

Sandwich poulet satay, cacahuètes, carottes râpées, concombre, sauce yaourt citronnée 

Sandwich veggie, houmous, tomates confites, courgettes grillées, olives noires 

Wrap veggie, houmous, falafel et légumes grillés 

Wrap poulet, mozzarella di bufala, pesto, tomates confites, roquette 




Déjeuner - Dîner




Salades composées

Salade Caesar, poulet croustillant, œuf, radis, sauce miel moutarde


Salade burrata, bresaola, roquette, tomates cerises, pistaches concassées, basilic 

Salade de pommes de terre croustillantes au paprika, roquette, concombre, oignon rouge, tomates cerises, noix de pécan 


Salade verte, avocat, brocoli, asperges croquantes, graines de courge, sésame, sauce crémeuse aux herbes fraîches et citron vert 

Salade de quinoa, pois chiches grillés, concombre, feta, oignon rouge 

Salade de quinoa, grenade, tomate cerise, poulet grillé, concombre, coriandre


Bowl de riz noir, avocat, crevettes marinées, mangue, citron vert, coriandre fraîche 

Poké bowl saumon mariné, légumes croquants, riz parfumé, graines de sésame, sauce soja sucrée

Saumon gravlax, avocat, jeunes pousses, concombre, radis, sésame, vinaigrette citronnée 

Plats

Poulet mariné à la coriandre, citron vert, avec riz basmati au lait de coco 

Pavé de saumon au miel, haricots verts grillés à l'ail, huile pimentée, riz parfumé 

Tagliatelles au poulet pané façon Alfredo, parmesan, crème d'ail



Dessert

La petite touche de gourmandise qui fait du bien !







Desserts

Cheesecakes






- Cheesecake nature
- Cheesecake citron
- Cheesecake myrtilles
- Cheesecake façon cookie dough



Verrines

- Verrine mousse au chocolat pistache 
- Verrine mousse citron spéculos 
- Verrine crumble poire vanille tonka 
- Verrine cheesecake fraise basilic 
- Verrine cheesecake fruits rouges
- Verrine chia pudding mangue, passion, coco
- Verrine chia pudding fruits rouges coco

La touche de plaisir

- Salade de fruits
- Tiramisu mangue 
- Crème brûlée vanille Madagascar 
- Tarte citron meringuée
- Crumble aux fruits rouges et aux amandes
- Lemon posset, crème de citron
- Mango sticky rice sans lactose ni gluten   



Sans gluten & vegan

Des recettes aussi délicieuses que respectueuses de votre équilibre.



Produits sans gluten - vegan


Salé


Quiche individuelle du moment 


Quiche individuelle sans lactose 

Salade du moment 


Sucré

Cake citron pavot 


Cake banane coco 


Carrot cake 

Cookie avoine raisin bio vegan 

Cookie matcha chocolat blanc 

Brownie praliné noisette sans lactose  

Mini financier x10 

Madeleine nature x10 





Pièces cocktail

Une explosion de saveurs concentrées dans une seule bouchée, le plaisir sans culpabilité !










Pièces cocktail

Mini burgers et navettes



- Mini burger saumon x10
- Mini burger bœuf x10
- Mini burger nugget veggie x10
- Mini burger brie, truffe, noix x10 
- Navette poulet ou saumon x10
- Mini lobster rolls x10 



Mini club sandwiches & wraps

- Mini club sandwich saumon, crème de citron x10 
- Mini club sandwich concombres, fromage frais x10
- Mini club veggie houmous et légumes x10 
- Mini club sandwich comté, crème de mascarpone ricotta fouettée, bresaola de bœuf, roquette x10 
- Mini club sandwich chèvre, confiture de figue, éclats de pécan, roquette x10 
- Mini wrap poulet, curry, mangue, chou rouge x10 
- Mini wrap crevettes, avocat x10 
- Mini baguette maison poulet, saumon ou veggie x20 

Toasts cocktail & autres salés


- Toast gorgonzola, poires, noix et miel 
- Avocado toast
- Toast avocat, fêta, grenade
- Mix brochettes salées x30
- Fruits secs à partager, thym, fleur de sel fait maison 500 gr 

Pièces cocktail

Nos boxes

7-8 personnes - box sont composés de confiture, crackers, fleurs comestible et accompagné de pain frais.




Box Sweety Fromages et assortiments à partager 

Box Sweety Veggie : tapas et légumes croquants 

Box Sweety Duo : mix de charcuterie de bœuf et fromages 

Box Sweety Truffle : mini croques à la truffe, brie à la truffe, beurre truffé maison 

Box Sweety Brunch : pancakes, fruits, madeleines coque chocolat, pain, mini financiers, fromage, confiture, fruits secs 

Nos planches à partager

3-4 personnes - accompagné de pain frais. Min 2 planches



Planche crème de chèvre - chèvre frais, miel, éclats de noix 

Planche crème de Brie truffé, noisettes concassées, miel et fleur de sel 

Planche avocat fouetté et saumon - citron vert, coriandre fraîche, grenade, huile d'olive piment d'Espelette 



Pièces cocktail

Nos Plateaux salés

GRAND PLATEAU SALÉ (64 pcs)

Dhal coriandre, chou rosso, cheesecake printanier, wrap pastrami cheddar, petit pois feta menthe, Paris-Brest saumon fumé, poulet curry, conchiglie à la truffe, Dôme tarama blanc

PLATEAU STREETFOOD (33 pcs)

Wrap poulet tandoori, wrap veggie, roastbeef burger, pita végétarienne

PLATEAU VEGGIE (38 pcs)

Financier légumes, bouchon de légumes d'été, coussin fèves - épinards, chou ricotta, Courgette aioli, chou rosso, concombre tzatziki

PLATEAU DOUCEUR (60 pcs)

Concombre en tzatziki, Duo de carottes oranges et jaunes, Rouleau de comté, Melon basilic et bille de mozzarella, Saumon brûlé aux herbes, Mini roulé de granny smith saumon.



Nos plateaux sucrés

GRAND PLATEAU SUCRÉ (68 pcs)

Yaourt grec, Finger chocolat, Cube passion, Chou yuzu mûre, Carré framboise verveine, Pêche melba, Explosion matcha, Chocolat speculoos, Tarteline citron.

PLATEAU FRESH (33 pcs)

Chou mangue passion, Cube passion, Melon, Lingot cassis, Fraise basilic, Tarte tatin romarin abricot.

PLATEAU HARMONIE (32 pcs)

Tarteline caramel, Brownie, Tarteline citron, Finger explosion de chocolat, Cappuccino, Maracuja.

PLATEAU DÉLICATESSE (60 pcs)

Pêche de vigne, Chocolat framboise, Carré framboise verveine, Chou yuzu mûre, Clafoutis aux myrtilles, Crumble pomme myrtilles.



Offre clés en main

Une expérience clé en main : vous choisissez,
vous dégustez, on s'occupe du reste.

Offre clés en main

Minimum 20 personnes - Couverts en bois et en feuille de palmier inclus.



Buffet Brunch

Salés

Burrata à partager, confiture de figue, grenade
Œuf brouillé à la ciboulette / Œuf mimosa
Demi-bagel au saumon
Toast feta & grenade / Avocado toast saumon & grenade
Mix fromage & charcuterie (50g/pers.)
Pain frais

Sucrés

Pancake / Gaufre
Madeleine
Muesli bowl
Mix de cakes sucrés
Salade de fruits

Option sur demande : Brioche perdue, oeuf brouillé à la truffe, boissons, décoration florale spécifique, bougie décorative, verrerie - vaisselle, animation ...

Salés

Mix de cake salé (saumon, veggie)
Mix de quiche (saumon, veggie)
Mix de bagel (saumon, poulet, veggie)
Mix tapas (houmous, guacamole...)
Pyramide de burratina
Salade de pommes de terre crousty
Salade de quinoa, pois chiches grillés, concombre, feta, oignon rouge, sauce miel
Salade burrata, bresaola, roquette, tomates cerises, pistaches
Pain frais

Sucrés

Mousse au chocolat, éclats de pistache.
Tiramisu mangue
Salade de fruits frais



Buffet Lunch

Option sur demande : Plateau de fromages et de charcuteries, brie à la truffe, boissons, plateau de saumon, décoration florale spécifique, bougie décorative, verrerie - vaisselle, animation ...

Minimum 20 personnes - Couverts en bois et en feuille de palmier inclus.



Buffet
Finger food

Salés

Box de charcuterie, fromage, et pain frais
Planche à partager

Panel de pièces cocktail salées - 10pcs/pax :

Rouleau de légumes d'été, brochette salées , mini burger, mix navette, avocado toast, rouleau de comté, mini pita, club sandwich , conchiglie à la truffe, finger croq comté AOP truffé, roulé chèvre frais, mini wrap poulet curry mangue, tapas verrine ...

Sucrés

Panel de pièces cocktail sucrées - 4 pcs/pax :

Sablé melon, chocolat framboise, carré framboise verveine, chou yuzu mûre, clafoutis aux myrtilles, financier pistache fruits rouges, crumble pomme myrtilles, brochette de fruits, tatin d'abricot au romarin.

Option sur demande : Pièce supplémentaire, décoration florale spécifique, bougie décorative, verrerie - vaisselle, animation ...

Sucrés

Madeleine coque en chocolat
Mix de cake sucré
Madeleine sans gluten
Canelés bordelais
Pancakes / gaufres de Liège
Mix de mini muffins
Brownies aux noix
Mix de cookies
Salade de fruits / Cornet de fruits.

Boissons

Thé glacé framboise, pêche, citron / Citronnade
Thé bio et café bio



Buffet
Tea time

Option sur demande : Décoration florale spécifique, bougie décorative, verrerie - vaisselle, animation ...

Frais annexes

Envie d'apporter une touche spéciale
sur vos événements ?

Frais annexes

Service

- Livraison zone 1
- Livraison zone 2
- Livraison zone 3
- Livraison zone 4.



Animation et autre

- Maitre d'hôtel
- Animation smoothie
- Animation brioche perdue maison
- Animation pancakes
- Animation chocolat chaud maison
- Location machine à café grain ou Nespresso
- Location vaisselle
- Location tables
- Décoration florale
- Nappage



Passez commande !

Livraison en Île de France.

À vélo ou scooter électrique sur Paris et sa petite couronne.

Les modalités de commande

**Toute commande doit être passée au minimum
72h avant le jour de livraison souhaité.**

Par mail

contact@sweetandnuts.com

Par téléphone

07.66.12.31.21

Découvrez la communauté

@sweetandnutsoffical

Visitez notre site web

www.sweetandnuts.com