

SEMAINE N°40

du 5 Octobre au 11 Octobre 2021

NOM Prénom :

	MARDI 5/10	MERCREDI 6/10	JEUDI 7/10	VENDREDI 8/10	SAMEDI 9/10	DIMANCHE 10/10	LUNDI 11/10
Suggestion de menus	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1
	Taboulé au surimi	Duo céleri et carotte	Pâté de campagne	Trio de choux fleurettes	Salade Mikado	Rosette	Fenouil à l'aneth
	Bœuf à la Provençale	Rôti de porc au jus	Dorade sauce beurre citronné	Fondant de volaille aux olives	Kefta d'agneau	Filet de Saint Pierre sauce estragon	Sauté de porc au Porto
	Haricots verts à l'ail	Flageolets au beurre	Côtes de blettes à l'ail	Macaronis	Légumes tajine	Duo navet / carottes	Coquillettes
	Emmental	Petit suisse	Fromage blanc	Cantal	Yaourt fermier	Saint Nectaire	Cantafrais
	Crème vanille	Orange	Clafoutis abricots	Poire au coulis de fruits rouges	Crème café	Paris Brest	Banane
	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2
	Carottes râpées citronnées	Salade Marco Polo	Betteraves à la moutarde	Roulade de volaille	Crêpe au fromage	Courgettes au curry	Terrine de poisson
	Paëlla au poulet	Bœuf à la chinoise	Côte de porc	Poisson du marché	Cuisse de coq au vin	Blanquette de canard	Rissolette de veau
	Riz paëlla	Wok de légumes	Pommes rissolées	Jardinière de légumes	Pommes persillées	Poêlée Italienne	Piperade
Kiri	Saint Paulin	Yaourt nature	Boursin	Chèvre	Duo de fromage (Tome noire / Edam)	Petit suisse	
Pot de crème spéculos	Crème praliné	Poire	Eclair vanille	Pomme cuite	Tarte normande	Crème caramel	
Potage Crécy	Velouté champignons	Potage Cultivateur	Soupe de poisson	Potage milanaise	Potage de légumes	Crème de volaille	

SEMAINE N°41

du 12 octobre au 18 octobre 2021

	MARDI 12/10	MERCREDI 13/10	JEUDI 14/10	VENDREDI 15/10	SAMEDI 16/10	DIMANCHE 17/10	LUNDI 18/10
Suggestion de menus	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1	Menu Equilibre N° 1
	Radis au beurre	Poireaux vinaigrette	Crêpes au fromage	Museau de boeuf à la Lyonnaise	Duo Carottes / courgettes citronnées	Salade waldorf	Pâté en croûte
	Sauté de dinde marenge	Gésiers à la Provençale	Côte de porc sauce charcutière	Poisson du marché	Poulet au curry	Rôti de bœuf au jus	Chou farci
	Pommes de terre persillées	Carottes Vichy	Purée de pommes de terre	Endives braisées	Pennes	Pommes forestines	Céleri persillé
	Carré frais	Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature	Six de Savoie	Tome blanche	Emmental
	Crème praliné	Petit pot entremet pistache	Pomme	Riz au lait	Crème caramel	Roulé fraise	Crème chocolat
	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2	Menu Equilibre N° 2
	Petits boudins noirs	Salade Coleslaw	Croq salade gingembre	Tomate ciboulette	Pâté de campagne maison	Salade Périgourdine	Salade Marco Polo
	Pavé de dorade aux épices du sud	Paupiette de veau forestière	Paleron de bœuf braisé	Cassoulet (saucisse / poitrine)	Limande sauce Bercy	Sauté de sanglier chasseur	Filet de poulet au poivre
	Céleri rave	Lentilles du Poitou	Poêlée villageoise	Haricots blancs à la tomate	Navets	Haricots verts et tomate Provençale	Semoule aux légumes
Brie	Kiri	Petit suisse	Chèvre	Yaourt aromatisé	Gouda	Tartare	
Semoule au caramel	Pomme cuite à la cannelle	Compote pêche	Kiwi	Mousse au chocolat	Gâteau Basque	Marmelade de pêche	
Velouté cresson	Potage du jardin	Potage poireaux pommes de terre	Crème Dubarry	Soupe à l'oignon	Crème asperges	Velouté de légumes	

SEMAINE N°40

du 5 Octobre au 11 Octobre 2021

NOM Prénom :

		MARDI 5/10	MERCREDI 6/10	JEUDI 7/10	VENDREDI 8/10	SAMEDI 9/10	DIMANCHE 10/10	LUNDI 11/10
ENTREES		Croq salade	Saucisson sec	Friand au fromage	Céleri rémoulade	Macédoine	Tarte Provençale	Cervelas
		Taboulé au surimi	Duo céleri et carotte	Pâté de campagne	Trio de choux fleurettes	Salade Mikado	Rosette	Fenouil à l'aneth
		Saucisson à l'ail	Œuf dur sauce cocktail	Salade Grecque	Terrine de légumes	Museau de porc à l'échalote	Médaille de merlu sauce verte	Salade russe
		Carottes râpées citronnées	Salade Marco Polo	Betteraves à la moutarde	Roulade de volaille	Crêpe au fromage	Courgettes au curry	Terrine de poisson
VIANDES / POISSONS		Médaille de merlu beurre blanc	Sauté de dinde au curry	Hachis parmentier	Rougail de saucisses	Galopin de saumon à la napolitaine	Rôti de veau sauce poivre	Poulet rôti
		Bœuf à la Provençale	Rôti de porc au jus	Dorade sauce beurre citronné	Fondant de volaille aux olives	Kefta d'agneau	Filet de Saint Pierre sauce estragon	Sauté de porc au Porto
		Paëlla au poulet	Bœuf à la chinoise	Côte de porc	Poisson du marché	Cuisse de coq au vin	Blanquette de canard	Rissole de veau
		Petit brun de veau	Beignets de poisson	Escalope de dinde	Fricadelle de bœuf marchand de vin	Jambon grill	Haché de poulet gratiné	Brochette de poisson dugléré
GARNITURES		Pommes vapeur	Poêlée forestière	Salade verte	Céleri branche persillé	Riz pilaf	Pommes dauphine	Poêlée méridionale
		Haricots verts à l'ail	Flageolets au beurre	Côtes de blettes à l'ail	Macaronis	Légumes tajine	Duo navet / carottes	Coquillettes
		Riz paëlla	Wok de légumes	Pommes rissolées	Jardinière de légumes	Pommes persillées	Poêlée Italienne	Piperade
		Ratatouille	Tortis	Petits pois carottes	Haricots rouges	Courgettes cubes	Haricots verts	Semoule
FROMAGES / LAITAGES		Yaourt bio	Vache qui rit	Tome blanche	Petit suisse	Cantadou	Bleuet des prairies	Camembert
		Emmental	Petit suisse	Fromage blanc	Cantal	Yaourt fermier	Saint Nectaire	Cantafrais
		Kiri	Saint Paulin	Yaourt nature	Boursin	Chèvre	Duo de fromage (Tome noire / Edam)	Petit suisse
		Cotentin	Yaourt nature	Petit Louis	Yaourt nature	Fromage blanc vanille	Vache qui rit	Yaourt nature
DESSERTS / FRUITS		Compote pomme fraise	Entremet pistache	Mousse chocolat	Raisins	Semoule au caramel	Ile flottante	Compote pomme fraise
		Crème vanille	Orange	Clafoutis abricots	Poire au coulis de fruits rouges	Crème café	Paris Brest	Banane
		Pot de crème spéculos	Crème praliné	Poire	Eclair vanille	Pomme cuite	Tarte normande	Crème caramel
		Pomme	Mozaique de fruits	Marmelade de pêche	Crème chocolat	Kiwi	Banane	Cocktail de fruits

CHOIX MENUS A LA CARTE

Nom :

SEMAINE N°41

du 12 octobre au 18 octobre 2021

		MARDI 12/10	MERCREDI 13/10	JEUDI 14/10	VENDREDI 15/10	SAMEDI 16/10	DIMANCHE 17/10	LUNDI 18/10
ENTREES		Chou fleur vinaigrette	Terrine 3 poissons	Salami	Friand à la viande	Trio de chou sauce béarnaise	Mousse de canard	Beignets de calamar
		Radis au beurre	Poireaux vinaigrette	Crêpes au fromage	Museau de boeuf à la Lyonnaise	Duo Carottes / courgettes citronnées	Salade waldorf	Pâté en croûte
		Œuf dur mayonnaise	Mortadelle	Croq salade gingembre	Betteraves aux oignons	Quiche lorraine	Tomate farcie thon	Brocolis vinaigrette
		Petits boudins noirs	Salade Coleslaw	Croq salade gingembre	Tomate ciboulette	Pâté de campagne maison	Salade Périgourdine	Salade Marco Polo
VIANDES / POISSONS		Rôti de porc à l'ail	Galopin de poisson blanc à la Niçoise	Paupiette de dinde au poivre	Cannelloni	Rissolette de porc	Aiguillettes de poulet à l'estragon	Dos colin hollandaise
		Sauté de dinde marengo	Gésiers à la Provençale	Côte de porc sauce charcutière	Poisson du marché	Poulet au curry	Rôti de bœuf au jus	Chou farci
		Pavé de dorade aux épices du sud	Paupiette de veau forestière	Paleron de bœuf braisé	Cassoulet (saucisse / poitrine)	Limande sauce Bercy	Sauté de sanglier chasseur	Filet de poulet au poivre
		Courgette farcie	Oeuf à la florentine	Colin meunière	Escalope de dinde viennoise	Brun de veau au jus	Paupiettes du pêcheur	Cervelas Orloff
GARNITURES		Poêlée gala	Spaghetti	Salsifis	Salade verte	Bouquetière de légumes	Poêlée forestière	Pommes de terre rissolées
		Pommes de terre persillées	Carottes Vichy	Purée de pommes de terre	Endives braisées	Pennes	Pommes forestines	Céleri persillé
		Céleri rave	Lentilles du Poitou	Poêlée villageoise	Haricots blancs à la tomate	Navets	Haricots verts et tomate Provençale	Semoule aux légumes
		Petit pois carottes	Epinards à la crème	Blé pilaf	Printanière de légumes	Boulgour aux poivrons	Farfales au beurre	Choux de Bruxelles
FROMAGES / LAITAGES		Yaourt nature	Bleu	Petit Louis	Fromage blanc	Coulommiers	Duo de fromages (Chèvre / Edam)	Fromage blanc
		Carré frais	Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature	Six de Savoie	Tome blanche	Emmental
		Brie	Kiri	Petit suisse	Chèvre	Yaourt aromatisé	Gouda	Tartare
		Fromage ail et fines herbes	Yaourt aromatisé	Rondelé	Samos	Vache qui rit	Cantadou	Yaourt nature
DESSERTS / FRUITS		Poire	Liégeois vanille	Eclair chocolat	Crème praliné	Orange	Chou vanille	Pot de crème spéculos
		Crème praliné	Petit pot entremet pistache	Pomme	Riz au lait	Crème caramel	Roulé fraise	Crème chocolat
		Semoule au caramel	Pomme cuite à la cannelle	Compote pêche	Kiwi	Mousse au chocolat	Gâteau Basque	Marmelade de pêche
		Compote pomme coing	Banane	Mousse au citron	Flamby	Cocktail de fruits	Pomme	Orange

CHOIX MENUS A LA CARTE

	MARDI 5/10	MERCREDI 6/10	JEUDI 7/10	VENDREDI 8/10	SAMEDI 9/10	DIMANCHE 10/10	LUNDI 11/10
PAUVRE EN SUCRE	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1
	Taboulé au surimi	Duo céleri et carotte	Pâté de campagne	Trio de choux fleurettes	Salade Mikado	Rosette	Fenouil à l'aneth
	Bœuf à la Provençale	Rôti de porc au jus	Dorade sauce beurre citronné	Fondant de volaille aux olives	Kefta d'agneau	Filet de Saint Pierre sauce estragon	Sauté de porc au Porto
	Pommes vapeur / Ratatouille	Flageolet au beurre	Petits pois / carottes	Macaronnis / Céleri	Riz / légumes tajine	Pomme dauphine / Duo navets carottes	Coquillettes / Poêlée méridionale
	Emmental	Petit suisse	Fromage blanc	Cantal	Yaourt fermier	Saint Nectaire	Cantafras
	Entremet abricot aspartame	Compote sans sucre	Poire	Entremet fruits des bois aspartame	Compote sans sucre	Crème brûlée aspartame	Orange
	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2
	Carottes râpées citronnées	Salade Marco Polo	Betteraves à la moutarde	Roulade de volaille	Crêpe au fromage	Courgettes au curry	Terrine de poisson
	Paëlla au poulet	Bœuf à la chinoise	Côte de porc	Poisson du marché	Cuisse de coq au vin	Blanquette de canard	Rissolette de veau
	Riz paëlla	Tortis / wok de légumes	Pommes rissolées	Haricots rouges / Jardinière	Pommes persillées / Courgettes	Poêlée Italienne	Semoule / piperade
Kiri	Saint Paulin	Yaourt nature	Boursin	Chèvre	Duo de fromage (Tome noire / Edam)	Petit suisse	
Pomme	Entremet café aspartame	Compote sans sucre	Raisins	Entremet cacao aspartame	Banane	Compote sans sucre	

Potage Crécy

Velouté champignons

Potage Cultivateur

Soupe de poisson

Potage milanaise

Potage de légumes

Crème de volaille

	MARDI 12/10	MERCREDI 13/10	JEUDI 14/10	VENDREDI 15/10	SAMEDI 16/10	DIMANCHE 17/10	LUNDI 18/10
PAUVRE EN SUCRE	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1
	Radis au beurre	Poireaux vinaigrette	Crêpes au fromage	Museau de bœuf à la Lyonnaise	Duo Carottes / courgettes citronnées	Salade waldorf	Pâté en croûte
	Sauté de dinde marengo	Gésiers à la Provençale	Côte de porc sauce charcutière	Poisson du marché	Poulet au curry	Rôti de bœuf au jus	Chou farci
	Pommes persillées / Poêlée gala	Coquillettes / épinards	Purée / Salsifis	Printanière de légumes	Boulgour aux poivrons	Pommes forestines	Semoule aux légumes
	Carré frais	Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature	Six de Savoie	Tome blanche	Emmental
	Entremet cacao aspartame	Compote sans sucre	Pomme	Entremet café aspartame	Compote sans sucre	Délice coco sans sucre	Orange
	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2
	Petits boudins noirs	Salade Coleslaw	Croq salade gingembre	Betteraves aux oignons	Pâté de campagne maison	Salade Périgourdine	Salade Marco Polo
	Pavé de dorade aux épices du sud	Paupiette de veau forestière	Paleron de bœuf braisé	Cassoulet (saucisse / poitrine)	Limande sauce Bercy	Sauté de sanglier chasseur	Filet de poulet au poivre
	Petits pois carottes	Lentilles du Poitou	Poêlée villageoise	Haricots blancs à la tomate	Pennes / Navets	Haricots verts et tomate Provençale	Riz / choux de Bruxelles
Brie	Kiri	Petit suisse	Chèvre	Yaourt nature	Gouda	Tartare	
Poire	Entremet vanille aspartame	Compote sans sucre	Kiwi	Entremet abricot aspartame	Pomme	Compote sans sucre	

Velouté cresson

Potage du jardin

Potage poireaux pommes de terre

Crème Dubarry

Soupe à l'oignon

Crème asperges

Velouté de légumes

SEMAINE N°40

NOM :

MENUS REGIMES

du 5 Octobre au 11 Octobre 2021

MARDI 5/10	MERCREDI 6/10	JEUDI 7/10	VENDREDI 8/10	SAMEDI 9/10	DIMANCHE 11/10	LUNDI 12/10
------------	---------------	------------	---------------	-------------	----------------	-------------

PAUVRE EN SEL	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1
	Croq salade	Duo céleri et carotte	Pâté sans sel	Trio de choux fleurettes	Salade Mikado	Tomate vinaigrette	Fenouil à l'aneth
	Bœuf à la Provençale	Rôti de porc au jus	Dorade sauce beurre citronné	Fondant de volaille aux olives	Pavé de hoki grillé	Filet de Saint Pierre sauce estragon	Sauté de porc au Porto
	Haricots verts à l'ail	Flageolets au beurre	Côtes de blettes à l'ail	Macaronis	Légumes tajine	Duo navet / carottes	Coquillettes
	Petit suisse	Saint Paulin PS	Yaourt nature	Gouda PS	Fromage blanc	Edam PS	Petit suisse
	Crème vanille	Orange	Clafoutis abricots	Poire au coulis de fruits rouges	Crème café	Paris Brest	Banane
	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2
	Carottes râpées citronnées	Œuf dur	Betteraves à la moutarde	Céleri râpé	Crêpe au fromage	Courgettes au curry	Salade de pommes de terre
	Filet de poulet	Bœuf à la chinoise	Côte de porc	Poisson du marché	Cuisse de coq au vin	Blanquette de canard	Brochette de poisson
	Riz	Wok de légumes	Pommes rissolées	Jardinière de légumes	Pommes persillées	Haricots verts	Piperade
Yaourt bio	Yaourt nature	Petit suisse	Yaourt nature	Petit suisse	Fromage blanc	Yaourt nature	
Pot de crème spéculos	Crème praliné	Poire	Eclair vanille	Pomme cuite	Tarte normande	Crème caramel	

Potage champignons PS

Potage légumes de saison PS

Potage tomate PS

Potage cresson PS

Potage poireau pdt PS

Potage légumes PS

Potage champignons PS

SEMAINE N°41

MENUS REGIMES

du 12 octobre au 18 octobre 2021

MARDI 12/10	MERCREDI 13/10	JEUDI 14/10	VENDREDI 15/10	SAMEDI 16/10	DIMANCHE 17/10	LUNDI 18/10
-------------	----------------	-------------	----------------	--------------	----------------	-------------

PAUVRE EN SEL	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	
	Radis au beurre	Poireaux vinaigrette	Salade Tunisienne	Tomate ciboulette	Duo Carottes / courgettes citronnées	Salade waldorf	Salade de pâtes
	Sauté de dinde marengo	Gésiers à la Provençale	Côte de porc sauce charcutière	Poisson du marché	Poulet au curry	Rôti de bœuf au jus	Escalope de porc
	Pommes de terre persillées	Carottes Vichy	Purée de pommes de terre	Endives braisées	Pennes	Pommes forestines	Céleri persillé
	Gouda PS	Edam PS	Petit suisse	Saint Paulin PS	Yaourt nature	Edam PS	Fromage blanc
	Crème praliné	Petit pot entremet pistache	Pomme	Riz au lait	Crème caramel	Roulé fraise	Crème chocolat
	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2
	Chou fleur vinaigrette	Salade Coleslaw	Croq salade gingembre	Tomate ciboulette	Pâté sans sel	Salade de pommes de terre	Brocolis vinaigrette
	Pavé de dorade aux épices du sud	Oeuf à la florentine	Paleron de bœuf braisé	Côte de porc	Limande sauce Bercy	Sauté de sanglier chasseur	Filet de poulet au poivre
	Céleri rave	Epinards à la crème	Poêlée villageoise	Haricots blancs à la tomate	Navets	Haricots verts et tomate Provençale	Semoule aux légumes
Yaourt nature	Fromage blanc	Saint Paulin PS	Petit suisse	Gouda PS	Fromage blanc	Yaourt nature	
Semoule au caramel	Pomme cuite à la cannelle	Compote pêche	Kiwi	Mousse au chocolat	Gâteau Basque	Marmelade de pêche	

Potage champignons PS

Potage légumes de saison PS

Potage tomate PS

Potage cresson PS

Potage poireau pdt PS

Potage tomate PS

Potage légumes PS

NOM :

sans sel

du 5 Octobre au 12 Octobre

MARDI 5/10	MERCREDI 6/10	JEUDI 7/10	VENDREDI 8/10	SAMEDI 9/10	DIMANCHE 11/10	LUNDI 12/10
Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1
Croq salade	Duo céleri et carotte	Pâté sans sel	Trio de choux fleurettes	Salade Mikado	Tomate vinaigrette	Fenouil à l'aneth
Bœuf à la Provençale	Rôti de porc au jus	Dorade sauce beurre citronné	Fondant de volaille aux olives	Pavé de hoki grillé	Filet de Saint Pierre sauce estragon	Sauté de porc au Porto
Haricots verts à l'ail	Flageolets au beurre	Côtes de blettes à l'ail	Macaronis	Légumes tajine	Duo navet / carottes	Coquillettes
Petit suisse	Saint Paulin PS	Yaourt nature	Gouda PS	Fromage blanc	Edam PS	Petit suisse
Crème vanille	Orange	Clafoutis abricots	Poire au coulis de fruits rouges	Crème café	Paris Brest	Banane
Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2
Carottes râpées citronnées	Œuf dur	Betteraves à la moutarde	Céleri râpé	Crêpe au fromage	Courgettes au curry	Salade de pommes de terre
Filet de poulet	Bœuf à la chinoise	Côte de porc	Poisson du marché	Cuisse de coq au vin	Blanquette de canard	Brochette de poisson
Riz	Wok de légumes	Pommes rissolées	Jardinière de légumes	Pommes persillées	Haricots verts	Piperade
Yaourt bio	Yaourt nature	Petit suisse	Yaourt nature	Petit suisse	Fromage blanc	Yaourt nature
Pot de crème spéculos	Crème praliné	Poire	Eclair vanille	Pomme cuite	Tarte normande	Crème caramel
Potage champignons PS	Potage légumes de saison PS	Potage tomate PS	Potage cresson PS	Potage poireau pdt PS	Potage légumes PS	Potage champignons PS

sans sel

du 12 octobre au 18 octobre 2021

MARDI 12/10	MERCREDI 13/10	JEUDI 14/10	VENDREDI 15/10	SAMEDI 16/10	DIMANCHE 17/10	LUNDI 18/10
Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1
Radis au beurre	Poireaux vinaigrette	Salade Tunisienne	Tomate ciboulette	Duo Carottes / courgettes citronnées	Salade waldorf	Salade de pâtes
Sauté de dinde marengo	Gésiers à la Provençale	Côte de porc sauce charcutière	Poisson du marché	Poulet au curry	Rôti de bœuf au jus	Escalope de porc
Pommes de terre persillées	Carottes Vichy	Purée de pommes de terre	Endives braisées	Pennes	Pommes forestines	Céleri persillé
Gouda PS	Edam PS	Petit suisse	Saint Paulin PS	Yaourt nature	Edam PS	Fromage blanc
Crème praliné	Petit pot entremet pistache	Pomme	Riz au lait	Crème caramel	Roulé fraise	Crème chocolat
Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2
Chou fleur vinaigrette	Salade Coleslaw	Croq salade gingembre	Tomate ciboulette	Pâté sans sel	Salade de pommes de terre	Brocolis vinaigrette
Pavé de dorade aux épices du sud	Oeuf à la florentine	Paleron de bœuf braisé	Côte de porc	Limande sauce Bercy	Sauté de sanglier chasseur	Filet de poulet au poivre
Céleri rave	Epinards à la crème	Poêlée villageoise	Haricots blancs à la tomate	Navets	Haricots verts et tomate Provençale	Semoule aux légumes
Yaourt nature	Fromage blanc	Saint Paulin PS	Petit suisse	Gouda PS	Fromage blanc	Yaourt nature
Semoule au caramel	Pomme cuite à la cannelle	Compote pêche	Kiwi	Mousse au chocolat	Gâteau Basque	Marmelade de pêche

<i>Potage champignons PS</i>		<i>Potage légumes de saison PS</i>		<i>Potage tomate PS</i>		<i>Potage cresson PS</i>		<i>Potage poireau pdt PS</i>		<i>Potage tomate PS</i>		<i>Potage légumes PS</i>	
------------------------------	--	------------------------------------	--	-------------------------	--	--------------------------	--	------------------------------	--	-------------------------	--	--------------------------	--

SEMAINE N°40

NOM :

MARDI 5/10	MERCREDI 6/10	JEUDI 7/10
Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1
<i>Taboulé au surimi</i>	<i>Duo céleri et carotte</i>	<i>Pâté de campagne</i>
<i>Bœuf à la Provençale</i>	<i>Rôti de porc au jus</i>	<i>Dorade sauce beurre citronné</i>
<i>Pommes vapeur / Ratatouille</i>	<i>Flageolet au beurre</i>	<i>Petits pois / carottes</i>
<i>Emmental</i>	<i>Petit suisse</i>	<i>Fromage blanc</i>
<i>Entremet abricot aspartame</i>	<i>Compote sans sucre</i>	<i>Poire</i>
Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2
<i>Carottes râpées citronnées</i>	<i>Salade Marco Polo</i>	<i>Betteraves à la moutarde</i>
<i>Paëlla au poulet</i>	<i>Bœuf à la chinoise</i>	<i>Côte de porc</i>
<i>Riz paëlla</i>	<i>Tortis / wok de légumes</i>	<i>Pommes rissolées</i>
<i>Kiri</i>	<i>Saint Paulin</i>	<i>Yaourt nature</i>
<i>Pomme</i>	<i>Entremet café aspartame</i>	<i>Compote sans sucre</i>

<i>Potage Crécy</i>	<i>Velouté champignons</i>	<i>Potage Cultivateur</i>
---------------------	----------------------------	---------------------------

ME

MARDI 12/10	MERCREDI 13/10	JEUDI 14/10
-------------	----------------	-------------

Menu 1	Menu 1	Menu 1
<i>Radis au beurre</i>	<i>Poireaux vinaigrette</i>	<i>Crêpes au fromage</i>

Sauté de dinde marengo		Gésiers à la Provençale		Côte de porc sauce charcutière	
Pommes persillées / Poêlée gala		Coquillettes / épinards		Purée / Salsifis	
Carré frais		Fromage blanc		Camembert	
Entremet cacao aspartame		Compote sans sucre		Pomme	
Menu 2		Menu 2		Menu 2	
Petits boudins noirs		Salade Coleslaw		Croq salade gingembre	
Pavé de dorade aux épices du sud		Paupiette de veau forestière		Paleron de bœuf braisé	
Petits pois carottes		Lentilles du Poitou		Poêlée villageoise	
Brie		Kiri		Petit suisse	
Poire		Entremet vanille aspartame		Compote sans sucre	
Velouté cresson		Potage du jardin		Potage poireaux pommes de terre	

MENUS REGIMESdu 5 Octobre au 11 Octobre 2

VENDREDI 8/10	SAMEDI 9/10	DIMANCHE 10/10
Menu N° 1	Menu N° 1	Menu N° 1
Trio de choux fleurettes	Salade Mikado	Rosette
Fondant de volaille aux olives	Kefta d'agneau	Filet de Saint Pierre sauce estragon
Macaronnis / Céleri	Riz / légumes tajine	Pomme dauphine / Duo navets carottes
Cantal	Yaourt fermier	Saint Nectaire
Entremet fruits des bois aspartame	Compote sans sucre	Crème brûlée aspartame
Menu N°2	Menu N°2	Menu N°2
Roulade de volaille	Crêpe au fromage	Courgettes au curry
Poisson du marché	Cuisse de coq au vin	Blanquette de canard
Haricots rouges / Jardinière	Pommes persillées / Courgettes	Poêlée Italienne
Boursin	Chèvre	Duo de fromage (Tome noire / Edam)
Raisins	Entremet cacao aspartame	Banane

Soupe de poisson		Potage milanaise		Potage de légumes	
------------------	--	------------------	--	-------------------	--

MENUS REGIMESdu 12 octobre au 18

VENDREDI 15/10	SAMEDI 16/10	DIMANCHE 17/10
Menu 1	Menu 1	Menu 1
Museau de boeuf à la Lyonnaise	Duo Carottes / courgettes citronnées	Salade waldorf

Poisson du marché	Poulet au curry	Rôti de bœuf au jus
Printanière de légumes	Boulgour aux poivrons	Pommes forestines
Yaourt nature	Six de Savoie	Tome blanche
Entremet café aspartame	Compote sans sucre	Délice coco sans sucre
Menu 2	Menu 2	Menu 2
Betteraves aux oignons	Pâté de campagne maison	Salade Périgourdine
Cassoulet (saucisse / poitrine)	Limande sauce Bercy	Sauté de sanglier chasseur
Haricots blancs à la tomate	Pennes / Navets	Haricots verts et tomate Provençale
Chèvre	Yaourt nature	Gouda
Kiwi	Entremet abricot aspartame	Pomme
Crème Dubarry	Soupe à l'oignon	Crème asperges

2021

LUNDI 11/10

Menu N° 1

Fenouil à l'aneth

Sauté de porc au Porto

*Coquillettes / Poêlée
méridionale*

Cantafrais

Orange

Menu N°2

Terrine de poisson

Rissolette de veau

Semoule / piperade

Petit suisse

Compote sans sucre

Crème de volaille

octobre 2021

LUNDI 18/10

Menu 1

Pâté en croûte

Chou farci	
Semoule aux légumes	
Emmental	
Orange	
Menu 2	
Salade Marco Polo	
Filet de poulet au poivre	
Riz / choux de Bruxelles	
Tartare	
Compote sans sucre	
Velouté de légumes	

