

MENUS DE SEPTEMBRE



LUNDI 5 Concombre bulgare Rôti de veau Normand Pommes Vapeur Camembert Fruit de saison Œuf cocotte	MARDI 6 Duo radis et courgettes Cuisse de poulet aux herbes Brocolis à l'ail Gouda Crème vanille Kéjrolls de légumes	MERCREDI 7 Betteraves Hokl sauce basilic Torsades Cantatfrais Tarte fruits rouges Poêlée campagnarde	JEUDI 8 DÉCOUVERTE DU MIEL Soupe de légumes au curry Gallette de sarrasin - salade	 VENDREDI 9 Œuf mayonnaise Fillet de poisson meunière Piperade Vache picon Fruit de saison Brocolis carbonara	JEUDI 1 Jus d'orange Salade de tomates Emincé de volaille campagnard Purée de pâtes Fadam Mousse au chocolat Gallette de sarrasin - salade	 VENDREDI 2 Pâté en croûte de volaille Haché de veau Haricots verts Saint Moret Fruit de saison Croquettes de chou-fleur	JEUDI 15 REPAS BIO Tomate vinaigrette ciboulette Fricassée de volaille campagnard Purée de pois cassés Fromage les trippons Fruit BIO Grippotts de poulet	 VENDREDI 16 Pastèque Blanquette de poisson Coquillettes Rondelé Salade de fruits Yaourt de chou-fleur	JEUDI 22 Mousse de foie * Rôti de bœuf Gratin de chou-fleur Edam Compote de bananes Gratin de coquillettes	 VENDREDI 23 Radis beurre Fillet de saumon aux baies roses Epinards béchamel Buchette de chèvre Plan caramél Poêlée de légumes à la bressane	JEUDI 29 Salade composée au thon Emincé de porc à la mexicaine * Carottes Vichy Saint Moret Fruit de saison Salade de tomates au thon	 VENDREDI 30 ANNIVERSAIRE Salade iceberg Moules Frites Yaourt Gâteau anniversaire Poireaux gratinés	LUNDI 12 Salade de riz colorée Bœuf Carottes Saint Bricet Flan chocolat Betteraves au fromage frais	MARDI 13 Pommes de terre au cerfeuil Escalope viennoise Bouquette de légumes Petit suisse sucré Fruit de saison Kéjrolls et champignon asperges	MERCREDI 14 DUO POMME POIRE Salade iceberg Sauté de porc * tandoori Haricots verts Petit moulu Mousse chocolat Œuf jambon fumé	JEUDI 15 Tomate vinaigrette ciboulette Fricassée de volaille campagnard Purée de pois cassés Fromage les trippons Fruit BIO Grippotts de poulet	 VENDREDI 16 Pastèque Blanquette de poisson Coquillettes Rondelé Salade de fruits Yaourt de chou-fleur	JEUDI 22 Mousse de foie * Rôti de bœuf Gratin de chou-fleur Edam Compote de bananes Gratin de coquillettes	 VENDREDI 23 Radis beurre Fillet de saumon aux baies roses Epinards béchamel Buchette de chèvre Plan caramél Poêlée de légumes à la bressane	JEUDI 29 Salade composée au thon Emincé de porc à la mexicaine * Carottes Vichy Saint Moret Fruit de saison Salade de tomates au thon	 VENDREDI 30 ANNIVERSAIRE Salade iceberg Moules Frites Yaourt Gâteau anniversaire Poireaux gratinés
--	---	---	---	--	--	---	--	---	---	--	--	--	---	--	--	--	---	---	--	--	--

Menus établis par notre diététicienne diplômée d'Etat sous réserve des contraintes d'approvisionnement.
 Menus conformes à l'équilibre nutritionnel et aux recommandations du GÉNARCN.



MENUS D'OCTOBRE

LUNDI 3 Concombre Tajine d'agneau et sa semoule aux légumes Vache Picon Fruit de saison Gratin de légumes au jambon	MARDI 4 Endives émincées Poulet au jus Purée de pommes de terre Petits suisses Abricots au sirop Bouillon maison	MERCREDI 5 Crêpe au jambon * Gratin de courgettes bolognaise Yaourt aromatisé Fruit de saison Crêpe party	JEUDI 6 REPAS BIO Chou rouge Chpïolata * Riz sauce tomate Mïmolette Tarte aux pommes BIO Tarte au poulet	 VENDREDI 7 Duo carottes / céler Colin sauce Aurore Brocolis persillés Petit moulu Crème chocolat Tian de légumes aux olives	LUNDI 10 Betteraves rapées Sauté de porc campagnard* Panais Yaourt Muesli Œufs à la coque	MARDI 11 Salade de pâtes colorée Brochette de dinde grillée Gratin de courgettes Camembert Fruit de saison d'automne	MERCREDI 12 Céleri rapé, graines de courges grillées Bœuf à l'asiatique Duo de carottes Vache Picon Liegeois vanille Caramel	JEUDI 13 Pâté en croûte* Emincé de volaille au potimarron Torsades Gouda Fruit de saison Soupe au potiron	 VENDREDI 14 ANNIVERSAIRE Salade de haricots verts Hokl Diepols Navets béchamel Verre de lait Gâteau d'anniversaire à la citrouille Pâtes à la bolognaise	LUNDI 17 Salade verte Hachis parmentier Saint Paulin Compote pommes framboises Beignets de brocolis	MARDI 18 REPAS HALLOWEEN Poêlée de légumes Brioche au thon	MERCREDI 19 Saucisson à l'ail * Colin sauce citron Poêlée de 4 légumes Yaourt Fruit de saison Risotto	JEUDI 20 Salade de lentilles échalote Palette provençale * Purée de 3 légumes Camembert Fruit de saison Pizza Salade	 VENDREDI 21 Macédoïne Sauté de veau au basilic Semoule Fromage blanc nature, confiture et biscuit Clafoutis de légumes	LUNDI 24 Salade de haricots beurre Blanquette de dinde Riz Yaourt aromatisé Tarte rhubarbe Lasagnes Ricotta épinards	MARDI 25 Céleri rémoulade Rôti de porc forestier* Epinards béchamel Croc Lait Mousse chocolat Yaourt de légumes	MERCREDI 26 REPAS HALLOWEEN Saucisson sec * Omelette Coquillettes tomates Petit suisse aromatisé Fruit de saison Blettes au jambon	JEUDI 27 Endives émincées Curry d'agneau Frites Tomme blanche Fruit de saison Brick de légumes	 VENDREDI 28 Betteraves mimosa Duo de poisson sauce moultarde Julienne de légumes Cantidou Fruit de saison Nouilles chinoises	LUNDI 31 Taboulé Estouffade de bœuf Haricots verts Vache Picon Flan vanille Cannelonis	MARDI 1 Carottes rapées Lasagnes Yaourt Fruit de saison Purée de panais	MERCREDI 2 Saucisson sec * Omelette Coquillettes tomates Petit suisse aromatisé Fruit de saison Champignons crême aux herbes	JEUDI 3 Salade de maïs colorée Rôti de dinde au caramel Beignets de légumes Emmental Compote de fraises Gnocchi	 VENDREDI 4 Chiffonade de salade Fillet de saumon à l'oseille Riz Fraise Fruit de saison Tarte tomate et moultarde
--	---	---	---	---	--	--	---	--	--	---	---	--	---	---	---	--	---	---	---	---	---	---	--	---

* Plat contenant du porc
 (un plat sans porc sera proposé comme alternative)
 ● Producteur local Hauts de Villiers - Aubé (10)

