

Les menus sont élaborés de façon à faire coïncider plaisir et équilibre nutritionnel.



Axelle,  
diététicienne



**MENU du 28 septembre au 4 octobre 2020**



L'ensemble de l'équipe cuisine vous souhaite un excellent appétit.



Laurent,  
responsable restauration

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

**SAMEDI**

**DIMANCHE**

|          |   |                                  |  |                           |   |  |   |
|----------|---|----------------------------------|--|---------------------------|---|--|---|
|          | Salade de lentilles                       | Champignons à la crème           | Pommes de terre<br>Hareng                      | Salade de cœur de palmier | Rillettes                                 | Poireaux vinaigrette                     | Salade au chèvre                        |
| Déjeuner | Poisson du jour<br>carottes vichy         | Navarin d'agneau<br>Navets       | Escalope de dinde<br>à la crème<br>Petits pois | Choucroute garnie         | Poisson du jour<br>Épinards à la<br>crème | Joue de porc à la<br>moutarde<br>Semoule | Roti de bœuf<br>Haricots verts          |
|          | Fromage                                   | Fromage                          | Fromage  | Fromage                   | Fromage                                   | Fromage                                  | Fromage                                 |
|          | Crème maison                              | Génoise à la crème<br>pâtissière | Pruneaux<br>au sirop                           | Fruit de saison           | Entremet                                  | Fruit de saison                          | Far normand                             |
| Diner    | Galette<br>jambon/fromage<br>Salade verte | Pâtes carbonara                  | Gratin de poisson<br>Salade                    | Riz cantonais             | Hachis Parmentier<br>Salade verte         | Poêlée de légumes<br>Émincé de dinde     | Jambon blanc<br>Purée de pois<br>cassés |
|          | Fromage                                   | Fromage                          | Fromage  | Fromage                   | Fromage                                   | Fromage                                  | Fromage                                 |
|          | Fruit de saison                           | Pomme cuite<br>au miel           | Petit suisse nature<br>sucré                   | Liégeois                  | Fruit de saison                           | Yaourt aromatisé                         | Compote pomme<br>framboise              |

Les viandes proposées sont toutes originaires de l'Union Européenne. La grande majorité des plats est cuisinée avec des produits frais.

Les plats mixés sont préparés sur la base des plats du jour, sauf exception (le plat de substitution est alors indiqué entre parenthèses).

Un potage est proposé le soir au début de chaque repas.

Les menus sont élaborés de façon à faire coïncider plaisir et équilibre nutritionnel.



Axelle,  
diététicienne



**MENU du 5 octobre au 11 octobre 2020**

L'ensemble de l'équipe cuisine vous souhaite un excellent appétit.



Laurent,  
responsable restauration

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

**SAMEDI**

**DIMANCHE**

|          | LUNDI                                 | MARDI                                  | MERCREDI                                  | JEUDI                                | VENDREDI                              | SAMEDI                                    | DIMANCHE                                      |
|----------|---------------------------------------|--|---|--------------------------------------|---------------------------------------|---|---|
| Déjeuner | Macédoine de légumes                  | Salade de pâtes au surimi              | Champignons à la grecque                  | Salade de haricots verts             | Betteraves                            | Céléri vinaigrette                        | Avocat sauce cocktail                         |
|          | Chipolatas<br>Frites                  | Poisson du jour<br>Julienne de légumes | Joue de bœuf<br>Ecrasé de pommes de terre | Blanquette de veau<br>Tagliatelles   | Poisson du jour<br>Fondue de poireaux | Palette de porc provençale / Riz          | Sauté de canard à l'orange / Pommes dauphines |
|          | Fromage                               | Fromage                                | Fromage                                   | Fromage                              | Fromage                               | Fromage                                   | Fromage                                       |
|          | Fruit frais                           | Poire au chocolat                      | Salade de fruit                           | Fruit de saison                      | Panna cotta                           | Compote                                   | Tarte aux poires amandines                    |
| Diner    | Gratin de choux fleur                 | Croque monsieur<br>Salade verte        | Poêlée de légumes<br>Dés de volaille      | Omelette aux oignons<br>Salade verte | Bouchée à la reine<br>Salade verte    | Emincé de volaille<br>Carottes à la crème | Crêpes garnies<br>Salade verte                |
|          | Fromage                               | Fromage                                | Fromage                                   | Fromage                              | Fromage                               | Fromage                                   | Fromage                                       |
|          | Fromage blanc coulis<br>fruits rouges | Fruit de saison                        | Entremet                                  | Semoule au lait                      | Fruit de saison                       | Yaourt                                    | Fruit de saison                               |

Les viandes proposées sont toutes originaires de l'Union Européenne. La grande majorité des plats est cuisinée avec des produits frais.  
Les plats mixés sont préparés sur la base des plats du jour, sauf exception (le plat de substitution est alors indiqué entre parenthèses).  
Un potage est proposé le soir au début de chaque repas.

Les menus sont élaborés de façon à faire coïncider plaisir et équilibre nutritionnel.



Axelle,  
diététicienne



**MENU du 12 octobre au 18 octobre 2020**

L'ensemble de l'équipe cuisine vous souhaite un excellent appétit.



Laurent,  
responsable restauration

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

**SAMEDI**

**DIMANCHE**

Déjeuner

**Terrine de campagne**

**Bouillon aux perles du japon**

**Betteraves au thon**

**Salade de choux chinois**

**Salade de perles marines**

**Sardine à l'huile**

**Œuf mimosa**

**Brandade de poisson aux haricots blancs**

**Pot au feu**

**Boudin noir aux deux pommes**

**jambon au porto  
Haricots beurre**

**Poisson du jour  
Fenouil braisé**

**Suprême de poulet  
Salsifis**

**Rôti Orloff  
Pommes  
paillasson**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fruit de saison**

**Faiselle au coulis de fruits rouges**

**Crème maison au caramel**

**Brioche perdue**

**Mousse au chocolat**

**Fruit de saison**

**Flan patissier**

Diner

**Omelette aux fines herbes  
Salade verte**

**Pennes à la sauce tomate**

**Poêlée de légumes  
Jambon de dinde**

**Tarte au chèvre  
Salade verte**

**Poêlée de pommes de terre champignons  
lardons  
Salade verte**

**Pain de viande  
Salade verte**

**Gratin de cardes à la tomate**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Riz au lait**

**Fruit de saison**

**Fruit de saison**

**Liégeois**

**Fruit au sirop**

**Fromage blanc**

**Banane**

Les viandes proposées sont toutes originaires de l'Union Européenne. La grande majorité des plats est cuisinée avec des produits frais. Les plats mixés sont préparés sur la base des plats du jour, sauf exception (le plat de substitution est alors indiqué entre parenthèses). Un potage est proposé le soir au début de chaque repas.

Les menus sont élaborés de façon à faire coïncider plaisir et équilibre nutritionnel.



Axelle,  
diététicienne



**MENU du 19 octobre au 25 octobre 2020**

L'ensemble de l'équipe cuisine vous souhaite un excellent appétit.



Laurent,  
responsable restauration

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

**SAMEDI**

**DIMANCHE**

**Déjeuner**

**Carottes râpées**

**Salade de choux rouge cuit**

**Maquereau**

**Salade d'endives au bleu**

**Champignons à la crème**

**Taboulé de quinoa**

**Salade façon périgourdine**

**Saucisse de Toulouse  
Flageolets**

**Poisson du jour  
Riz créole**

**Echines de porc  
Céleri sauté**

**Hachis Parmentier  
Salade verte**

**Poisson  
Brocolis**

**Goulash à la hongroise  
Panais et carottes**

**Sauté de lapin  
Pôlée forestière**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Compote et son biscuit**

**Crème maison**

**Fromage blanc**

**Pomme cuite à la cannelle**

**Ile Flottante**

**Fruit de saison**

**Fondant au chocolat**

**Diner**

**Flan aux épinards**

**Œufs brouillés à la crème  
Salade verte**

**Croissant au fromage  
Mâche**

**Tarte aux légumes  
Salade verte**

**Croziflette  
Salade verte**

**Bruschetta au thon  
Salade verte**

**Haricots verts  
Jambon blanc**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Fromage**

**Petit suisse**

**Fruit de saison**

**Fruit au sirop**

**Liégeois**

**Fruit de saison**

**Yaourt**

**Fruit de saison**

Les viandes proposées sont toutes originaires de l'Union Européenne. La grande majorité des plats est cuisinée avec des produits frais. Les plats mixés sont préparés sur la base des plats du jour, sauf exception (le plat de substitution est alors indiqué entre parenthèses). Un potage est proposé le soir au début de chaque repas.



Les menus sont élaborés de façon à faire coïncider plaisir et équilibre nutritionnel.



Axelle,  
diététicienne



MENU du 26 octobre au 1<sup>er</sup> novembre 2020

L'ensemble de l'équipe cuisine vous souhaite un excellent appétit.



Laurent,  
responsable restauration

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

**SAMEDI**

**DIMANCHE**  
**1er NOVEMBRE**

|          |                          |   |   |  |  |                            |  |
|----------|--------------------------|---|---|--|--|----------------------------|--|
|          | Segments de pamplemousse | Rillettes                                   | Velouté de potiron et carottes                | Mousse de betteraves                     | Œuf mimosa                                     | Rillettes de thon          | Terrine de légumes   |
| Déjeuner | Cassoulet                | Poisson du jour<br>Riz sauce citronnée      | Poulet rôti<br>Frites                         | Coucous                                  | Poisson du jour<br>Légumes d'antan             | Sauté de dinde<br>Salsifis | Filet mignon de porc<br>aux agrumes, écrasé<br>de patates douces |
|          | Fromage                  | Fromage                                     | Fromage                                       | Fromage                                  | Fromage  | Fromage                    | Fromage  |
|          | Fruit de saison          | Pomme cuite et sa<br>gelée de coing         | Fruit de saison                               | Compote                                  | Semoule au lait                                | Fruit de saison            | Baba au rhum   |
| Dîner    | Œuf à la florentine      | Cake aux légumes<br>et noix<br>Salade verte | Poêlée de haricots<br>beurre<br>Dés de jambon | Tarte aux<br>champignons<br>Salade verte | Pommes de terre<br>sarladaises<br>Salade verte | Lasagne<br>Salade verte    | Assiette anglaise<br>Salade verte                                |
|          | Fromage                  | Fromage                                     | Fromage                                       | Fromage                                  | Fromage  | Fromage                    | Fromage  |
|          | Crème maison             | Liégeois                                    | Fromage blanc                                 | Entremet                                 | Cocktail de fruits                             | Crème dessert              | Fruit  |

Les viandes proposées sont toutes originaires de l'Union Européenne. La grande majorité des plats est cuisinée avec des produits frais.

Les plats mixés sont préparés sur la base des plats du jour, sauf exception (le plat de substitution est alors indiqué entre parenthèses).

Un potage est proposé le soir au début de chaque repas.