

# Menus du 16 10 au 21 10 2023 – MIDI

| LUNDI  | MARDI   | MERCREDI  | JEUDI  | VENDREDI  | SAMEDI  |
|--|---|---|--|---|---|
| MIDI   | MIDI  | MIDI  | MIDI   | MIDI  | MIDI  |
| <b>Entrées :</b><br>salade de pommes de terre au citron confit<br>carottes râpées ciboulette<br>betteraves sauce verte | <b>Entrées :</b><br>Endives aux noix<br>champignons à la crème<br>haricots verts bio à l'échalote                               | <b>Entrées :</b><br>salade de radis<br>avocat vinaigrette<br>émincé de brocolis bio au curry                          | <b>Entrées :</b><br>salade gourmande d'hiver<br>taboulé à la libanaise<br>sardines à la tomate                                     | <b>Entrées :</b><br>radis noirs en salade<br>assiette sombrero<br>scarole aux noisettes                                 | <b>Entrées :</b><br>salade verte<br>betteraves vinaigrette  |
| <b>Plats :</b><br>poulet au riz<br>cari d'œuf dur<br>riz<br>poêlée de quinoa aux légumes cuits                         | <b>Plats :</b><br>sauté de veau aux poireaux<br>filet de merlu frais au lait de coco<br>pommes persillées<br>émincé de poireaux | <b>Plats :</b><br>saucisse<br>galette de pois chiche bio<br>blettes sautées<br>lentilles corail                       | <b>Plats :</b><br>paupiette de dinde aux champignons<br>filet de langue frais basquaise<br>purée de potiron/ marrons<br>flageolets | <b>Plats :</b><br>sauté de porc aux pruneaux<br>poulet rôti aux herbes<br>coquillettes<br>choux de Bruxelles aux pommes | <b>Plats :</b><br>filet de hoki à la dieppoise<br>cari d'œuf durs<br>cœur de blé<br>julienne de légumes |
| <b>Laitages/Desserts :</b><br>meule de Besac<br>fromage frais au paprika<br>dés de pommes cuites<br>crème pralinée     | <b>Laitages/Desserts :</b><br>P'tit Mainiot<br>fromage blanc crème de marrons<br>flanby<br>banane                               | <b>Laitages/Desserts :</b><br>brie<br>yaourt fruits des bois<br>moelleux sarrasin au chocolat bio<br>ananas frais bio | <b>Laitages/Desserts :</b><br>tome de vache<br>camembert<br>salade de fruits<br>poire belle Hélène                                 | <b>Laitages/Desserts :</b><br>gouda<br>yaourt sucré<br>crumble de quetsches<br>pâtisserie maison ou acapulco            | <b>Laitages/Desserts :</b><br>cantal<br>Chanteneige<br>mousse au chocolat<br>compote de pêches coup     |
| <b>Fruit :</b><br>poire  | <b>Fruit :</b><br>Pomme bio   | <b>Fruit :</b><br>prunes  | <b>Fruit :</b><br>orange   | <b>Fruit :</b><br>Ananas frais bio  | <b>Fruit :</b><br>poire   |

# Menus du 16 10 au 21 10 2023 – SOIR

| LUNDI   | MARDI  | MERCREDI  | JEUDI   | VENDREDI   | SAMEDI |
|---|--|---|---|--|--------|
| SOIR  | SOIR   | SOIR  | SOIR  | SOIR   | SOIR   |
| <b>Entrées :</b><br>potage au potiron<br>salade de lentilles<br>(recette hiver)                     | <b>Entrées :</b><br>potage<br>macédoine vinaigrette  | <b>Entrées :</b><br>potage<br>salade d'artichaut à la<br>feta et menthe                                       | <b>Entrées :</b><br>soupe de cresson<br>salade de mâche   | <b>Entrées :</b><br>potage<br>carottes râpées ciboulette   |        |
| <b>Plats :</b><br>gratin de blé au porc<br>( haché 22kg)<br>filet de limande<br>blé<br>carottes bio | <b>Plats :</b><br>émincé de dinde au curry<br>quiche au fromage<br>semoule aux raisins<br>choux fleurs bio | <b>Plats :</b><br>filet d'églefin frais au fe-<br>nouil<br>spaghetti veggi<br>spaghetti<br>salsifis persillés | <b>Plats :</b><br>omelette ciboulette<br>rôti de porc et filet mi-<br>gnon<br>pommes grenaille<br>épinards à la crème | <b>Plats :</b><br>boulette de veau à la<br>menthe haricots rouges<br>filet de sébaste frais à la<br>crème de basilic<br>riz<br>courgettes à l'échalote |        |
| <b>Laitages/Desserts :</b><br>camembert<br>yaourt sucré<br>gâteau framboise bio                     | <b>Laitages/Desserts :</b><br>crème au chocolat<br>neufchatel<br>compote coing pomme                       | <b>Laitages/Desserts :</b><br>Pont aux moines<br>gâteau de riz<br>poire bio                                   | <b>Laitages/Desserts :</b><br>Saint Paulin<br>mousse au citron<br>banane  | <b>Laitages/Desserts :</b><br>bleu<br>suisses<br>semoule au lait   |        |
| <b>Fruit :</b><br>mandarines  | <b>Fruit :</b><br>raisin   | <b>Fruit :</b><br>kiwi  | <b>Fruit :</b><br>Pomme bio   | <b>Fruit :</b><br>prunes   |        |