



Menus du 4 novembre au 8 novembre 2019 (*Menu type)

Féculents et dérivés
 Protéines
 Légumes
 Laitages-fromage
 Desserts

MENU EQUILIBRE = BONNE SANTE



	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
D é j u n e r	*Toast au saumon fumé Batavia bio à la mimolette Carottes râpées bio Surimi garni Crème de butternut Pâté de campagne ----- *Brochette de volaille au curry Torsades Pavé du fromager * Carottes et panais braisés ----- Fromage /*Fruits *Laitages Pêche façon melba Gâteau aux carottes maison Carpaccio d'orange	*Blé à la provençale Laitue bio aux noix Radis beurre Céleri rémoulade Taboulé oriental Avocat crevettes ----- Cordon bleu de volaille Pommes sautées * Rôti de porc au jus* Poêlée wok ----- *Fromage/ *Fruits Laitages Coupe d'agrumes Flan à la vanille et billes de Crunch Coulant au chocolat Œufs à la neige	Cervelas Frisée à l'emmental *Concombre à la crème ½ pomelos Haricots verts bio mimosa Asperges vinaigrette ----- Buns végétal / ketchup *Frites *Filet de cabillaud Poêlée de légumes ----- Fromage/ Fruits *Laitages Fromage blanc aux fruits rouges *Panna cotta à la framboise Gaufre garnie Ananas frais	Pâté en croûte *Mâche aux raisins secs Sardines à la tomate Cœur d'artichauts vinaigrette Salade de pâtes, tomates et poivrons Chou rouge aux pommes bio ----- * Tomates farcies * Riz / sauce tomate Rouille à l'armoricaine Ratatouille ----- * Fromage/ Fruits Laitages Salade de fruits frais Crème gourmande cookie et chocolat blanc Barre glacée chocolatée *Compote pomme/banane	Pizza Mesclun lardons tomate Coleslow bio Salade de lentilles *Betterave cuite bio Tomate au yaourt ----- Palette à la diable *Nouilles *Emincé de volaille au paprika Haricots à l'ail ----- * Fromage / * fruits Laitages Pomme au four Milkshake à la mangue Tarte aux pommes Crème caramel maison
	D i n e r POTAGE Toast au saumon fumé Batavia bio à la mimolette *Carottes râpées bio Surimi garni Crème de butternut Pâté de campagne ----- * Moules marinières * Frites Tomate provençale ----- *Fromage /*Fruits Laitages Pêche façon melba Gâteau aux carottes maison Carpaccio d'orange	POTAGE Blé à la provençale Laitue bio aux noix *Radis beurre Céleri rémoulade Taboulé oriental Avocat crevettes ----- * Spaghetti à la carbonara Chou vert braisé ----- *Fromage/ *Fruits Laitages Coupe d'agrumes Flan à la vanille et billes de Crunch Coulant au chocolat Œufs à la neige	POTAGE Cervelas Frisée à l'emmental Concombre à la crème *½ pomelos Haricots verts bio mimosa Asperges vinaigrette ----- * Blanquette de veau - Riz *Duo de courgettes ----- Fromage/ Fruits *Laitages Fromage blanc aux fruits rouges Panna cotta à la framboise *Gaufre garnie Ananas frais	POTAGE *Pâté en croûte Mâche aux raisins secs Sardines à la tomate Cœur d'artichauts vinaigrette Salade de pâtes, tomates et poivrons Chou rouge aux pommes bio ----- * Sauté de canard au poivre vert - Blé * Baby carottes à l'ail ----- * Fromage/ Fruits Laitages *Salade de fruits frais Crème gourmande cookie et chocolat blanc Barre glacée chocolatée Compote pomme/banane	POTAGE Mesclun lardons tomate Coleslow bio *Salade de lentilles Betterave cuite bio Tomate au yaourt ----- * Aile de raie au citron Spätzle * Brocolis au sésame ----- * Fromage / * fruits Laitages Pomme au four Milkshake à la mangue Tarte aux pommes Crème caramel maison