

Livrés du 01 septembre 2022 au 21 octobre

Lundi
29/08/2022

Mardi
30/08/2022

Mercredi
31/08/2022

Jeudi
01/09/2022

Vendredi
02/09/2022

ENTRÉES

Taboulé bio

Salade iceberg
Moutarde, Sulfites

Tomates vinaigrette
Moutarde, Sulfites

Carottes râpées
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Mâche crumble moutarde à
l'ancienne
*Gluten, Fruits à coque, Lait, Moutarde,
Sulfites*

PLATS

Sauté de porc bio à la sauce
charcutière
Gluten, Moutarde, Sulfites

Lasagne bolognaise
Allergènes non disponibles

Rôti de boeuf froid
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Boulettes au boeuf vf à la catalane
Allergènes non disponibles

Colin d'alaska pmd pané riz soufflé
Poissons, Gluten

GARNITURES

Carottes persillées
Allergènes non disponibles

Courgettes braisées
Allergènes non disponibles

Pommes de terre quartier avec
peau
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Epinards à la crème masala
Lait

PRODUITS LAITIERS

Brie
Lait

Fromage frais fraidou
Lait

Yaourt nature
Lait

Fromage petit moule
Lait

Yaourt nature sucré
Lait

DESSERTS

Fruit
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Cocktail de fruits au sirop
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Smoothie oranges et framboises
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Fromage blanc et brisures d'oréo
Gluten, Lait, Soja

Roulé à la myrtille
Oeufs, Gluten, Lait, Soja

LE PLAISIR DE BIEN MANGER...

Des menus équilibrés et des recettes variées
qui allient produits de qualité et nouveautés !

Livrés du 01 septembre 2022 au 21 octobre

Lundi
05/09/2022

Mardi
06/09/2022

Mercredi
07/09/2022

Jeudi
08/09/2022

Vendredi
09/09/2022

ENTRÉES

Oeuf dur à la mayonnaise
Oeufs, Moutarde, Sulfites

Concombre sauce bulgare
Allergènes non disponibles

Cake nature à la sauce de
betterave
Oeufs, Gluten, Lait

SALADES

Pastèque
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Salade verte
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

PLATS

Sauté de porc vf igp lcl aux herbes
Gluten

Dahl de lentilles corail
Allergènes non disponibles

Beignets sticks de mozzarella
Oeufs, Gluten, Lait

Sauté de bœuf bio local
façon pasticada (carotte, céleri
et pruneau)

Parmentier de poisson blanc pmd
Allergènes non disponibles

GARNITURES

Haricots verts à l'ail
Allergènes non disponibles

Carottes au cumin
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Duo de courgettes persillées
Allergènes non disponibles

Semoule
Allergènes non disponibles

PRODUITS LAITIERS

Yaourt aromatisé
Lait

Saint paulin
Lait

Munster
Lait

Fromage frais petit cotentin
Lait

Camembert
Lait

DESSERTS

Fruit
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Compote pommes allégée en
sucres
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Fruit
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Gâteau au chocolat
Oeufs, Gluten, Soja

Smoothie à la pêche
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

SAUCES

Vinaigrette miel moutarde ancienne
Moutarde, Sulfites

Livrés du 01 septembre 2022 au 21 octobre

Lundi
12/09/2022

Mardi
13/09/2022

Mercredi
14/09/2022

Jeudi
15/09/2022

Vendredi
16/09/2022

ENTRÉES

Dips radis houmous betterave
Allergènes non disponibles

Melon vert
Allergènes non disponibles

Salade verte et dés d'edam
Lait, Moutarde, Sulfites

SALADES

Lentilles à l'échalote
Allergènes non disponibles

Tomates
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

PLATS

Boulettes aux flageolets bio
Gluten

Omelette nature
Oeufs, Lait

Rôti de dinde au ketchup de pomme
Allergènes non disponibles

Cordon bleu de volaille
Gluten, Lait, Soja

Merlu pmd sauce vatapa
Allergènes non disponibles

GARNITURES

Chou-fleur béchamel
Gluten, Lait

Riz safrané
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Cordiale de légumes
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Brocolis
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Coquillettes
Gluten

Pommes de terre vapeur
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

PRODUITS LAITIERS

Emmental
Lait

Tomme blanche
Lait

Pont l'évêque aop
Lait

Yaourt nature sucré
Lait

Petit filou au fruits
Lait

DESSERTS

Fruit
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Fruit
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Salade de fruits frais
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Cake aux poires, noisettes et sarrasin
Oeufs, Fruits à coque

Smoothie fraise banane
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

SAUCES

Sauce crème à la ciboulette
Lait, Moutarde, Sulfites

Vinaigrette au basilic
Sulfites

Livrés du 01 septembre 2022 au 21 octobre

| Lundi 19/09/2022 | Mardi 20/09/2022 | Mercredi 21/09/2022 | Jeudi 22/09/2022 | Vendredi 23/09/2022 |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| S A L A D E S | | | | |
| Céleri remoulade <i>Céleri, Oeufs, Moutarde, Sulfites</i> | Choux bicolores <i>Sulfites</i> | Pois chiche et tomates en salade <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Concombre rondelles <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Courgettes sauce bulgare <i>Allergènes non disponibles</i> |
| P L A T S | | | | |
| Haché au poulet au jus <i>Gluten, Soja</i> | sauce légumes d'été (ratatouille, pesto, ail) | Boeuf aux carottes <i>Gluten</i> | Rôti de porc sauce aux oignons caramélisés <i>Gluten</i> | Paella marine pmd <i>Allergènes non disponibles</i> |
| G A R N I T U R E S | | | | |
| Pommes de terre vapeur <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Penne bio semi complètes <i>Gluten</i> | Haricots plats à l'ail <i>Allergènes non disponibles</i> | Lentilles <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | |
| P R O D U I T S L A I T I E R S | | | | |
| Fromage frais cantafrais <i>Lait</i> | Montcadi croute noire <i>Lait</i> | Yaourt aromatisé <i>Lait</i> | Munster <i>Lait</i> | Gouda <i>Lait</i> |
| D E S S E R T S | | | | |
| Crème dessert caramel <i>Lait</i> | Fruit <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Salade d'oranges, sirop à la cannelle <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Compote pommes et pêches allégée en sucres <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Flan saveur chocolat <i>Lait</i> |
| S A U C E S | | | | |
| | Vinaigrette à l'échalote <i>Sulfites</i> | | Vinaigrette au fromage blanc <i>Lait, Moutarde, Sulfites</i> | |

Livrés du 01 septembre 2022 au 21 octobre

Lundi
26/09/2022

Mardi
27/09/2022

Mercredi
28/09/2022

Jeudi
29/09/2022

Vendredi
30/09/2022

ENTRÉES

Cake brocoli et carotte
Oeufs, Gluten, Lait

Oeuf dur à la mayonnaise
Oeufs, Moutarde, Sulfites

SALADES

Carottes rapées
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Tomates
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Salade iceberg
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

PLATS

Poisson blanc pmd pané croustillant
Poissons, Gluten

Couscous végétarien
Allergènes non disponibles

Daube de boeuf à la provençale
Allergènes non disponibles

Hachis parmentier au boeuf
Allergènes non disponibles

Saucisse lcl viennoise
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

GARNITURES

Torsades
Gluten

Semoule
Allergènes non disponibles

Petits pois bio
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Blé tendre
Gluten

Ratatouille
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

PRODUITS LAITIERS

Tomme grise
Lait

Mimolette
Lait

Yaourt nature sucré
Lait

Fromage frais cantafrais
Lait

Coulommiers
Lait

DESSERTS

Roulé au chocolat
Oeufs, Gluten, Lait, Soja

Fruit
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Fruit
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Brownie mexicain
Oeufs, Soja

Fruit
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

SAUCES

Vinaigrette crémeuse à la ciboulette
Lait, Moutarde, Sulfites

Vinaigrette au basilic
Sulfites

Sauce fromage blanc et ciboulette
Lait, Sulfites

Vinaigrette à l'huile de noix
Fruits à coque, Moutarde, Sulfites

Livrés du 01 septembre 2022 au 21 octobre

| Lundi 03/10/2022 | Mardi 04/10/2022 | Mercredi 05/10/2022 | Jeudi 06/10/2022 | Vendredi 07/10/2022 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| E N T R É E S | | | | |
| Crêpes à l'emmental <i>Oeufs, Gluten, Lait</i> | Houmous à la patate douce <i>Allergènes non disponibles</i> | | | Pâté de campagne <i>Gluten, Lait, Moutarde, Soja</i> |
| S A L A D E S | | | | |
| | | Concombre rondelles <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Céleri remoulade <i>Céleri, Oeufs, Moutarde, Sulfites</i> | |
| P L A T S | | | | |
| Dés de poisson blanc pmd sauce citron <i>Crustacés, Poissons, Gluten, Lait</i> | Blanquette de dinde <i>Allergènes non disponibles</i> | Garniture végétarienne mexicaine <i>Allergènes non disponibles</i> | Sauce carbonara <i>Gluten, Lait</i> | Colin d'alaska pmd sauce basilic <i>Allergènes non disponibles</i> |
| G A R N I T U R E S | | | | |
| Purée de potiron <i>Lait</i> | Carottes en bâtonnets <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Semoule <i>Allergènes non disponibles</i> | Coquillettes <i>Gluten</i> | Pommes de terre cube rissolées <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> |
| P R O D U I T S L A I T I E R S | | | | |
| Tomme blanche <i>Lait</i> | Fromage frais petit cotentin <i>Lait</i> | Yaourt aromatisé <i>Lait</i> | Emmental râpé <i>Lait</i> | Montcadi croute noire <i>Lait</i> |
| D E S S E R T S | | | | |
| Fruit <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> | Gâteau texan (chocolat noir et noix de pecan) <i>Oeufs, Gluten, Fruits à coque, Lait, Soja</i> | Milk shake poire cassis <i>Lait</i> | Flan saveur vanille nappé au caramel <i>Lait</i> | Fruit <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoire</i> |
| S A U C E S | | | | |
| | | Vinaigrette au fromage blanc <i>Lait, Moutarde, Sulfites</i> | | |

LE PLAISIR DE BIEN MANGER...

Des menus équilibrés et des recettes variées
qui allient produits de qualité et nouveautés !

Livrés du 01 septembre 2022 au 21 octobre

Lundi
10/10/2022

Mardi
11/10/2022

Mercredi
12/10/2022

Jeudi
13/10/2022

Vendredi
14/10/2022

ENTRÉES

Concombre à l'aneth
Moutarde, Sulfites

Carottes râpées, fromage fondu
vache qui rit et à l'orange
Lait

Samoussa de légumes
Gluten, Soja

Tartine chèvre poivron rouge et
basilic
Allergènes non disponibles

SALADES

Salade verte aux croutons
Gluten

PLATS

Sauce bolognaise
Allergènes non disponibles

Assiette kebab roti crudités sauce
fromage blanc
Allergènes non disponibles

Sauté de bœuf sauce gardiane
Allergènes non disponibles

Tajine marocain aux pois chiches
et semoule
Allergènes non disponibles

Colin d'alaska pmd sauce façon
zarzuela (fruits de mer)
Allergènes non disponibles

GARNITURES

Penne bio semi complètes
Gluten

Pommes noisettes
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Petits pois à la française
Allergènes non disponibles

Haricots plats à l'ail
Allergènes non disponibles

Riz à l'andalouse
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

PRODUITS LAITIERS

Gouda
Lait

Fromage petit moulé à l'ail et aux
fines herbes
Lait

Yaourt nature sucré
Lait

Saint paulin
Lait

Camembert
Lait

DESSERTS

Compote tutti frutti meringué
allégée en sucres
Oeufs

Fromage blanc au miel et amandes
Fruits à coque, Lait

Gâteau au citron
Oeufs, Gluten

Smoothie à l'ananas orange et
fruits rouges
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

Fruit
*Pas d'allergènes à déclaration
obligatoire*

SAUCES

Vinaigrette balsamique
Moutarde, Sulfites

Livrés du 01 septembre 2022 au 21 octobre

Lundi
17/10/2022

Mardi
18/10/2022

Mercredi
19/10/2022

Jeudi
20/10/2022

Vendredi
21/10/2022

S A L A D E S

Taboulé à la menthe
Allergènes non disponibles

Endives aux croustons
Gluten

Cubes de betteraves
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Carottes rapées
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Salade coleslaw
Allergènes non disponibles

P L A T S

Haché au poulet sauce aigre douce
Allergènes non disponibles

Omelette nature
Oeufs, Lait

Rôti de boeuf au jus
Gluten, Lait

Raviolis
Céleri, Oeufs, Gluten

Colin d'alaska pmd pané riz soufflé
Poissons, Gluten

G A R N I T U R E S

Carottes persillées
Allergènes non disponibles

Blé au coulis de tomate
Allergènes non disponibles

Riz créole
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Epinards en branche béchamel
Gluten, Lait

P R O D U I T S L A I T I E R S

Yaourt nature sucré
Lait

Fromage petit moule
Lait

Yaourt nature sucré
Lait

Tomme blanche
Lait

Yaourt aromatisé
Lait

D E S S E R T S

Fruit
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

Flan saveur vanille nappé au caramel
Lait

Fruit
Pas d'allergènes à déclaration obligatoire

compote de pomme

Roulé à la myrtille
Oeufs, Gluten, Lait, Soja

S A U C E S

Vinaigrette à l'huile de noix
Fruits à coque, Moutarde, Sulfites

Vinaigrette à l'échalote
Sulfites

Vinaigrette moutarde à l'ancienne
Moutarde, Sulfites