

Repas du soir

Tous les jours :
Potage
Fromage
1/2 baguette de pain
Biscuit

Menus* du mois de novembre

Portage à domicile



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

27 au 31
octobre

Salade perles marines (1,2,3,4,10)
Escalope de dinde VF, sauce
curry maison (1,3,7,9,10,12)
Fondue de poireaux maison
(1,7,9)
Mousse au chocolat

Salade d'artichauts, dès
emmental (7,10,12)
Blanquette de veau VF,
carottes maison (1,3,7,9,12)
Riz pilaf (7,9)
Fruit de saison

Carotte râpées, œuf mimosa
maison (3,10,12)
Gratin de coquillettes aux
légumes maison (1,7,12)
Yaourt fruits mixés

Entré chaude (1 à 14)
Filet limande meunière MSC,
quartier citron (1,4,7)
Épinards gratinés maison (1,7)
Fromage blanc (7)
Miel



Menu Halloween

"Tartinade macabre" maison, croûtons
(1,4,10,12)
Boulettes de bœuf VBF
"ensanglantées" (1,6,12)
"Vers de terre" façon spaghetti (1,7)
Emmental râpé (7)
Fruit de saison

3 au 7
novembre

Betteraves (10,12)
Lentilles à l'ancienne maison
(7,9,12)
Riz pilaf maison (7,9)
Crème dessert vanille

Salade haricots verts, dès Boursin
(7,10,12)
Omelette champignons maison
(3,12)
Pomme vapeur persillés (7)
Fruit de saison

Taboulé aux légumes maison (1)
Cuisse de poulet VF rôti au jus
(1,3,7,9,12)
Petits pois à la française
maison (7,9)
Yaourt au citron

Salade verte, dès fêta (7,10,12)
Alouette bœuf VBF à la
provençale (1,6,12)
Farfalles (1,7)
Fruit de saison

Cake au fromage, olives maison
(1,3,7)
Dos colin MSC, sauce aneth
maison (1,4,7,9,12)
Gratin de choux fleur, sauce
béchamel maison (1,7)
Compote de fruit

10 au 14
novembre

Salade d'avocats, maïs, blé toasté
maison (1,10,12)
Omelette au fromage maison
(3,7)
Brocoli en béchamel maison (1,7)
Fruit de saison

Jour férié
Armistice

Salade riz, légumes maison (10,12)
Sauté de veau VF, sauce
marengo maison (1,3,7,9,12)
Haricots verts persillés (7)
Gourmand café

Salade de champignons, ail, fines
herbes (3,7,10)
Andouillette PF à la moutarde
maison (1,3,7,9,10,12)
Purée de pommes de terre maison
(7)
Fruit de saison

Maquereaux vin blanc, beurre (4,7)
Meunière de colin MSC, quartier
citron (1,4,7)
Gratin de coquillettes / potiron
maison (1,7,12)
Compote de fruit

17 au 21
novembre

Rosette, beurre, cornichons
(7,10,12)
Rôti de dinde VF jus aux herbes
maison (1,3,7,9,12)
Flageolet cuisinés (1,7,9)
Fruit de saison

Œuf dur frais, mayonnaise
(3,10,12)
Dahl lentilles corail coco curry
maison (1,10,12)
Mezze penne (1,7)
Faisselle, sucre

Salade verte, tomme de brebis,
noix (7,8,10,12)
Hachis parmentier VBF
maison (1,3,7,9)
Fruit de saison

Salade de mâche, olives noires
(10,12)
Couscous royal maison (1,7,9,10)
Semoule de blé (1)
Tarte aux pommes maison (1,7)

Carottes râpées maison (10,12)
Filet hoki MSC, sauce vin blanc
maison (1,4,7,9,12)
Riz pilaf maison (7,9)
Yaourt fruits mixés



Volaille française Agriculture bio Porc français Pêche durable MSC Viande bovine française

Coordonnées de la cuisine centrale

04 90 45 50 32

Tout repas annulé à moins d'une semaine,
sans justificatif, est facturé

Allergènes

1 Gluten	4 Poisson	7 Lait	10 Moutarde	13 Lupin
2 Crustacé	5 Arachide	8 Fruit à coque	11 Sésame	14 Mollusque

Pour des raisons sanitaires nos fonds de sauces ne sont pas faits maison

*Menus validés par Laetitia Martinez, Diététicienne Nutritionniste selon l'équilibre nutritionnel.