

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

# Menus\* du mois de février

Portage à domicile



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

2 au 6 février

**Œuf dur frais, mayonnaise** (3,10,12)  
Légumes couscous, pois chiches (1,7,9,10)  
Semoule de blé (1)  
**Fruit de saison**

Radis, beurre (7)  
**Cuisse de poulet BBC VF rôti au jus** (1,7,9,12)  
**Haricots verts persillés** (7)  
Crêpe, confiture fraise (1,3,7)

Salade coleslaw (3,10)  
**Sauce bolognaise VBF maison** (1,12)  
**Farfalles/ emmental râpé** (1,7)  
**Fruit de saison**

Salade de perles aux légumes (1,10)  
**Filet de dorade MSC sauce échalote** (1,4,7,9,12)  
**Épinards gratinés maison** (1,7)  
**Yaourt nature, sucre**

**Betteraves, vinaigrette** (10,12)  
Mijoté de la mer maison (1,2,3,4,7,9,12)  
**Riz pilaf au four** (7,9)  
Gourmand noix de coco

9 au 13 février

Salade haricots verts, échalotes (10,12)  
Brandade morue parmentier maison (4,7,12)  
**Fruit de saison**

Salade endive, noix, dès bleu (7,8,10,12)  
**Blanquette veau LR VF carottes maison** (1,3,7,9,12)  
**Riz pilaf au four Maison** (7,9)  
**Compote fruit**

**Carotte râpé maison** (10,12)  
**Sauté porc PF coco curry maison** (1,3,7,9,10,12)  
Poêlée campagnarde  
Mousse au chocolat (6,7)

Salade haricots rouge, avocat, mimolette maison (7,10,12)  
**Escalope poulet BBC VF aux champignons** (1,3,7,9,12)  
**Mezze penne** (1,7)  
**Fruit de saison**

Tapenade noire maison, croûtons (1,4,10,12)  
**Filet limande meunière MSC / citron** (1,4,7)  
Gratin choux fleurs maison (1,7)  
**Yaourt aux fruits mixé**

16 au 20 février

Champignons ail et fines herbes (3,7,10)  
**Omelette au fromage maison** (3,7)  
Purée de pommes de terre, potiron maison (7)  
**Fruit de saison**

Pamplémousse, sucre  
**Tomate farcie VBF au jus** (1,6,12)  
Semoule aux douces épices (1)  
Crème dessert caramel (7)

Cake emmental maison (1,3,7)  
**Saucisse Toulouse PF au jus** (1,3,7,9,12)  
**Petits pois carottes à la Française** (7,9)  
Cocktail de fruit

Salade verte, tomme de brebis à la coupe (7,10,12)  
**Rôti de dinde VF au thym** (1,3,7,9,12)  
**Torti** (1,7)  
**Compote fruit**

Artichaut, chorizo, dès Boursin (6,7,10,12)  
Rondelle de calamar à la sauce tomate (1,7,9,12,14)  
**Riz safrané** (7,9)  
**Fruit de saison**

23 au 27 février

**Œuf dur frais, mayonnaise** (3,10,12)  
Gratin de coquillettes aux légumes maison (1,7,12)  
**Fruit de saison**

**Betteraves, vinaigrette** (10,12)  
**Cuisse de poulet BBC VF au jus** (1,3,7,9,12)  
Gratin de potiron maison (1,7)  
Cookies de Tatiana aux noisettes maison (1,3,7,8)

Macédoine de légumes (3,10,12)  
**Sauté de bœuf VBF LR carottes maison** (1,12)  
Pommes de terre vapeur persillées (7)  
**Yaourt aux fruits mixés**

Salade frisée, Saint Nectaire à la coupe (7,10,12)  
**Boudin noir PF au jus** (1,12)  
Purée de pommes de terre maison / pomme cuite (7)  
**Fruit de saison**

Pizza au fromage maison (1,7)  
Pavé de truite à l'aneth (1,4,7,9,12)  
Choux de Bruxelles cuisinés (1,12)  
**Faisselle au miel**



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	6 Soja	9 Céléri	12 Sulfite
2 Crustacé	5 Arachide	7 Lait	10 Moutarde	13 Lupin
		8 Fruit à coque	11 Sésame	14 Mollusque

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

\*Menus validés par Marie-Charlotte BARTHES, Diététicienne Nutritionniste selon l'équilibre nutritionnel.