

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

Menus* du mois d'avril

Portage à domicile



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

30 mars au
3 avril

Concombre ail et fines herbes maison (7)
Légumes couscous, pois chiches (1,7,9,10)
Boulgour façon pilaf (7,9)
Yaourt au citron (7)

Salade verte, bûche du Pilat 7,10,12
Blanquette de veau LR VF maison (1,3,7,9,12)
Riz safrané maison (7,9)
Compote fruit

Rosette, beurre (7)
Escalope de poulet BBC VF
sauce forestière maison (1,3,7,9,12)
Lentilles à l'ancienne maison (7,9,12)
Fruit de saison

Betteraves, échalotes (10,12)
Sauté de dinde LR VF
basquaise maison (1,3,7,9,12)
Poêlée paysanne
Fromage blanc, miel (7)

Salade d'avocat, dès tomates (10,12)
Dos de cabillaud MSC sauce échalote maison (1,4,7,9,12)
Épinards gratinés maison (1,7)
Riz au lait (7)

6 au 10
avril

Jour férié
Lundi de Pâques

Escalope de dinde viennoise VF (1,3)
Gratin dauphinois (3,7)
Yaourt nature, sucre (7)
Fruit de saison

Cœur d'artichaut, chorizo (6,7,10,12)
Sauce bolognaise VBF maison (1,12)
Coquillettes (1,7)
Compote de fruit

MENU DE PÂQUES
Salade verte, œuf dur (3,10,12)
Souris d'agneau au thym maison (1,3,7,9,12)
Pommes de terre grenaille maison
Fondant au chocolat maison, crème anglaise (1,3,7)



Salade de pois chiches aux légumes (10,12)
Filet de limande meunière MSC / quartier citron (1,4,7)
Haricots verts persillés (7)
Yaourt aux fruits mixés (7)

13 au 17
avril

Œuf dur frais, mayonnaise (3,10,12)
Gratin de pâtes aux légumes saison pesto maison (1,3,7,8,12)
Fruit de saison

Salade de tomates, anchois (4,10,12)
Cuisse de poulet VF rôti au jus (1,3,7,9,12)
Pomme paillasson
Pana Cotta maison, coulis chocolat (7)

Salade verte, asperges picnic (10,12)
Steak haché VBF au jus (1,12)
Purée de pommes de terre maison (7)
Faisselle (7)
Sucre

Tapenade noire maison, croûtons (1,4,10,12)
Rôti de dinde VF aux herbes maison (1,3,7,9,12)
Riz et poêlée champignons maison (7,9,12)
Yaourt aux fruits mixés (7)

Salade frisée, tomme de chèvre, graines de courge (7,10,12)
Aïoli provençale maison (3,10,12)
Légumes vapeur
Fraises entières, sucre

20 au 24
avril

Champignons ail et fines herbes (3,7,10)
Dahl de lentilles corail maison (1,10,12)
Riz au four maison (7,9)
Fruit de saison

Sardines, beurre, citron (4,7)
Escalope de poulet BBC VF rôti au thym (1,3,7,9,12)
Mezze penne (1,7)
Fromage blanc (7)
Confiture fraise

Salade de tomates, billes mozza (7,10,12)
Sauté de porc PF LR à la provençale maison (1,3,7,9,12)
Poêlée campagnarde
Cookies de Tatiana maison (1,3,7)

Radis, beurre (7)
Tomate farcie végé au jus (1,3,6)
Semoule de blé (1)
Yaourts aux fruits mixés (7)

Salade de pommes de terre, dès mimolette, anchois maison (4,7,10,12)
Pavé saumon MSC à l'aneth (1,4,7,9,12)
Fondue poireaux maison (1,7,9)
Fruit de saison



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
3 œuf	6 Soja	9 Céléri	12 Sulfite	

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.