

|                    | Menu A  | Menu B  | Diabétique   | Sans sel  |
|--------------------|---|---|--|---|
| <b>Lundi 20</b>    | Céleri râpé sauce fromage blanc miel citron et ciboulette<br>Haut de cuisse de poulet sauce moutarde<br>Polenta à la crème<br>Petit moulé nature<br>Purée de pomme cannelle | Haricots verts vinaigrette en salade<br>Riz créole au saumon fumé sauce à l'aneth<br>Yaourt nature et sucre<br>Clémentines  | Céleri râpé sauce fromage blanc miel citron et ciboulette<br>Haut de cuisse de poulet sauce moutarde<br>Polenta à la crème<br>Carottes persillées<br>Petit moulé nature<br>Purée de pomme cannelle | Céleri râpé sauce fromage blanc miel citron et ciboulette<br>Haut de cuisse de poulet sauce moutarde<br>Polenta à la crème<br>Petit moulé nature<br>Purée de pomme cannelle |
| <b>Mardi 21</b>    | Fond d'artichaut vinaigrette<br>Charcuterie raclette*<br>Pommes de terre vapeur et Fromage à raclette<br>Petit suisse aux fruits<br>Poire                                   | Salade de carottes cuites<br>Poitrine de veau farcie sauce forestière<br>Brocolis en fleurette<br>Brie<br>Liégeois vanille  | Fond d'artichaut vinaigrette<br>Charcuterie raclette*<br>Pommes de terre vapeur et Fromage à raclette<br>Brunoise de légumes<br>Petit suisse nature<br>Poire                                       | Fond d'artichaut vinaigrette<br>Roti porc au jus*<br>Pommes de terre vapeur<br>Petit suisse aux fruits<br>Poire   |
| <b>Mercredi 22</b> | Salade batavia et ses croutons et vinaigrette<br>Boulette de bœuf sauce curry<br>Haricots plats<br>Buchette de chèvre lait mélange<br>Cake au citron                        | Macédoine de légumes mayonnaise<br>Clafoutis au bleu<br>Macaroni<br>Fromage blanc nature lait entier et sucre<br>Pomme  | Salade batavia et ses croutons et vinaigrette<br>Boulette de bœuf sauce curry<br>Haricots plats<br>Lentilles<br>Buchette de chèvre lait mélange<br>Flan citron édulcoré                            | Salade batavia et vinaigrette<br>Egrené de bœuf sauce curry<br>Haricots plats<br>Buchette de chèvre lait mélange<br>Cake au citron  |
| <b>Jeudi 23</b>    | Carottes râpées à la coriandre<br>Roti de dinde à la sauge<br>Pommes noisette<br>Fournols<br>Mousse au chocolat   | Salade de pommes de terre vinaigrette<br>Saucisse fumée au jus de viande*<br>Brunoise de légumes provençaux<br>Yaourt aromatisé<br>Salade de fruit du verger et sirop | Carottes râpées à la coriandre<br>Roti de dinde à la sauge<br>Pommes noisette<br>Chou romanesco<br>Fournols<br>Purée pomme banane  | Carottes râpées à la coriandre<br>Roti de dinde à la sauge<br>Pommes de terre vapeur<br>Fournols<br>Mousse au chocolat  |
| <b>Vendredi 24</b> | Houmous<br>Filet de colin au beurre nantais<br>Gratin de potiron<br>Yaourt nature Bio et sucre<br>Ananas en morceaux  | Roulade de volaille aux olives<br>Tarte aux oignons<br>Fondue de poireaux<br>Tomme Blanche<br>Mousse ardéchoise (crème de marron)                                     | Houmous<br>Filet de colin au beurre nantais<br>Gratin de potiron<br>Semoule<br>Yaourt nature Bio<br>Ananas en morceaux   | Salade de pommes de terre vinaigrette<br>Filet de colin au beurre nantais<br>Purée de potiron<br>Yaourt nature Bio et sucre<br>Ananas en morceaux                           |
| <b>Samedi 25</b>   | Betteraves vinaigrette moutardée à l'ancienne<br>Longe de porc sauce charcutière*<br>Tortis<br>Fromage Blanc aux fruits<br>Banane   | Salade mache et vinaigrette<br>Ragout de haricot rouge et riz pilaf à part<br>Fromage ail et fines herbes<br>Compote pomme pruneau                                    | Betteraves vinaigrette moutardée à l'ancienne<br>Longe de porc sauce charcutière*<br>Tortis<br>Haricots beurre persillés<br>Fromage Blanc nature<br>Banane   | Betteraves vinaigrette moutardée<br>Longe de porc sauce charcutière*<br>Tortis<br>Fromage Blanc aux fruits<br>Banane  |
| <b>Dimanche 26</b> | Pâté croûte et condiments*<br>Pot au feu (paleron)<br>Légumes du pot<br>Saint Nectaire AOP<br>Paris Brest   | Œufs durs mayonnaise<br>Pilons de poulet au romarin<br>Petits pois à l'anglaise<br>Yaourt nature et sucre<br>Kiwi   | Pâté croûte et condiments*<br>Pot au feu (paleron)<br>Légumes du pot<br>Saint Nectaire AOP<br>Flan praliné édulcoré  | Œufs durs vinaigrette<br>Pot au feu<br>Légumes du pot<br>Saint Nectaire AOP<br>Paris Brest  |

\*Plat à base de porc

**Carte de remplacement pour les entrées :** Betteraves Vinaigrette ou Entrée A ou B

**Carte de remplacement pour le plat :** Cuisse de poulet ou Filet de colin ou plat A ou B

**Carte de remplacement pour l'accompagnement :** Haricots verts ou purée de pomme de terre ou accompagnement A ou B

**Carte de remplacement pour le laitage ou fromage :** Compote de pomme ou fruit ou laitage A ou B

Toute annulation sera acceptée si vous prévenez 72 Heures à l'avance pendant les jours ouvrables du Lundi au Vendredi

Bon pour commande : je soussigné(e),

Signature :

**Potage au choix en supplément**

|             |  |
|-------------|--|
| Lundi 20    | Potage de légumes automne hiver (potiron, carotte, haricot vert)   |
| Mardi 21    | Potage Parmentier (pomme de terre, carotte, chou-fleur, poireau, navet, céleri, haricot vert, petits pois) |
| Mercredi 22 | Potage de légumes automne hiver (potiron, carotte, haricot vert)   |
| Jeudi 23    | Potage de légumes automne hiver (potiron, carotte, haricot vert)   |
| Vendredi 24 | Crème d'épinards   |
| Samedi 25   | Crème de légumes verts   |
| Dimanche 26 | Potage Crécy (carotte)   |

**Lexique Plat du Jour**

**Légumes du pot** : Carottes, navets, pommes de terre vapeur

**Brunoise de légumes** : Carotte, poireau, céleri rave, navet, oignon

**Brunoise de légumes provençaux** : Courgette, aubergine, poivron jaune et rouge, tomate, oignon

**Salade de fruit du verger et sirop** : Pomme, pêche, orange, fraise, cerise, prune

## PANIER DE FRUITS FRAIS

Livraison le Mercredi 22

**Commande panier de fruits de la semaine (+ 6,90€)**

Oui

Non



Bon pour commande : je soussigné(e),

Signature :