



Semaine du 05 au 09 novembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salade de boulgour	 Dips carotte houmous pesto	Pomelos et sucre	 Potage de légumes	 Rillettes saumon ciboulette
Croustillant de poisson et citron	Croziflette s/p : croziflette de dinde	Rôti de bœuf au jus	Jambon s/p : jambon de dinde	Moelleux de poulet sauce aigre douce
Haricots beurre		Carottes et blé	Haricots blancs sauce tomate	Cordiale de légumes et riz
Brie	Tomme noire	Fromage frais sucré	Petit cotentin	Yaourt nature sucré
Fruit de saison	Compote de pommes	Chou vanille	Fruit de saison	Fruit de saison

*MENU CONSEILLE ET CONFORME AU GEMFRCN



Plat végétarien



Plat du chef



Nouvelle recette

SALADE DE BOULGOUR : BOULGOUR, TOMATE, CONCOMBRE, VINAIGRETTE, CITRON, BASILIC
DIPS CAROTTE HOUMOUS PESTO : DIPS DE CAROTTE, YAOURT NATURE, POIS CHICHE, SAUCE PESTO, AIL, HUILE D'OLIVE ET TOURNESOL, CITRON
CROZIFLETTE : PATE CROZET, FROMAGE A TARTIFLETTE, CREME, OIGNON, LARDON
RILLETTE SAUMON CIBOULETTE : SAUMON, LEGUMES BRUNOISE, MAYONNAISE, FROMAGE BLANC, KETCHUP, CIBOULETTE, HUILE D'OLIVE ET TOURNESOL
SAUCE AIGRE DOUCE : CONCENTRE DE TOMATE, KETCHUP, CIBOULETTE, SUCRE



Semaine du 12 au 16 novembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Betteraves sauce philadelphia	Carottes râpées vinaigrette	Friand au fromage	Chou blanc vinaigrette	Salade iceberg vinaigrette au citron jaune
Saucisse de Strasbourg s/p : saucisse de volaille	Tajine de bœuf	Suprême de colin sauce citron	 Oeufs à la coque et ses mouillettes	Brandade de poisson au potiron
Tortis	Semoule	Epinards sauce blanche	Frites	
Yaourt aromatisé	Vache picon	Saint Nectaire AOP	Tomme blanche	Fromage frais fruité
Fruit de saison	Mousse au chocolat	Fruit de saison	Compote pomme banane	  Cake au daim

*MENU CONSEILLE ET CONFORME AU GEMRCN



SAUCE TAJINE : TOMATE, CAROTTE, MIEL, RAISIN, AIL, OIGNON, CORIANDRE, CANNELLE, CUMIN



Semaine du 19 au 23 novembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi : Mission anti-gaspi	Vendredi
Chou blanc et raisins secs vinaigrette	Achard de légumes	Salade verte vinaigrette	 Soupe de légumes racines et fromage râpé	Carottes râpées vinaigrette à l'aneth
Nuggets de poulet	Paëlla marine	Sauté de porc arrabiata s/p : sauté de dinde	Rôti de bœuf à l'estragon	Filet de merlu sauce créole
Carottes et boulgour	Riz paëlla	Haricots beurre	Purée de pommes de terre	Gnocchetti
Coulommiers	Cantal AOP	Yaourt nature sucré		Cantafrais
Flan nappé caramel	Fruit de saison	Flan pâtissier	Banane sauce chocolat	Lait gélifié saveur chocolat

*MENU CONSEILLE ET CONFORME AU GEMFRCN



ACHARD DE LEGUMES : CHOU BLANC, CAROTTE, HARICOTS VERTS, OIGNONS; MIEL, MOUTARDE, CURCUMA, PIMENT DOUX
 SAUCE ARRABIATA : BOUILLON, TOMATE PELEE, POIVRON, AIL, ECHALOTE, OIGNON, BASILIC
 POTAGE DE LEGUMES RACINES : CAROTTE, CHOUX-NAVET, CELERI RAVE ET PANAIS
 SAUCE CREOLE : SOUPE DE POISSON, CREME, CHAMPIGNON, POIVRON, CAROTTE, NOIX DE COCO, OIGNON, CURCUMA, SAFRAN



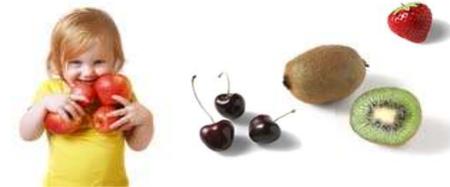
Semaine du 26 au 30 novembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi : Le Texas	Vendredi
Salade de pomme de terre ravigote	Salade iceberg vinaigrette	Salade de riz aux olives	Salade verte et maïs, vinaigrette guacamole, chips tortilla	Pâté de campagne et cornichon S/P : Galantine de volaille et cornichon
Burger de veau au jus	Farfalles aux légumes du sud	Daube provençale	Aiguillettes de poulet tex mex	Filet de hoki à l'armoricaine
Riz		Ratatouille et semoule	Pommes de terre potatoes	Purée de petits pois
Saint Paulin	Petit moulé ail et fines herbes	Camembert	Fromage frais fruité	Emmental
Fruit de saison	Compote de pommes	Fruit de saison	Gâteau texan au chocolat et noix de pécan	Fruit de saison

Plat végétarien
 Plat du chef
 Nouvelle recette

SAUCE RAVIGOTE : POMME DE TERRE, ECHALOTE, OIGNON, CAPRE, PERSIL, CERFEUIL, ESTRAGON, VINAIGRETTE
FARFALLES AUX LEGUMES DU SUD : FARFALLES, LEGUMES RATATOUILLE, EMMENTAL, FROMAGE DE BREBIS, COURGETTES, SAUCE TOMATE, SAUCE BLANCHE, OIGNONS, BASILIC
SAUCE PROVENCALE : BOUILLON, CONCENTRE DE TOMATE, TOMATE PELEE, AIL, OIGNON, PERSIL, HERBE DE PROVENCE
GATEAU TEXAN CHOCOLAT ET NOIX DE PECAN :
SAUCE ARMORICAINE : CONCENTRE DE TOMATE, BECHAMEL, FUMET DE POISSON ET CRUSTACE, CREME, OIGNON, ESTRAGON

*MENU CONSEILLE ET CONFORME AU GEMRON



Semaine du 03 au 07 décembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Taboulé	Méli-mélo de salade verte vinaigrette	 Tartine œuf ciboulette	 Potage de légumes	Chou rouge vinaigrette framboise
Poisson pané et citron	Parmentier de bœuf aux haricots verts	Blanquette de poisson aux petits légumes	Rôti de bœuf au jus	Jambon s/p : jambon de dinde
Coquillettes		Riz pilaf	Jardinière de légumes et pommes vapeur	Purée de pommes de terre
Yaourt aromatisé	Carré	Fromage frais sucré	Petit cotentin	Edam
Fruit de saison	Lait gélifié saveur vanille	Fruit de saison	Fruit de saison	Riz au lait et caramel

*MENU CONSEILLÉ ET CONFORME AU GEMIRCN



PARMENTIER DE BŒUF AUX HARICOTS VERTS : EGRENE DE BŒUF, PUREE DE HARICOTS VERTS
 TARTINE ŒUF CIBOULETTE : PAIN DE MIE, FROMAGE FRAIS, FROMAGE BLANC, ŒUF, CIBOULETTE
 BLANQUETTE DE POISSON AUX PETITS LEGUMES : POISSON, FUMET POISSON, CREME, BECHAMEL, CHAMPIGNON, AIL, OIGNON, JULIENNE DE LEGUMES
 JARDINIÈRE DE LEGUMES : CAROTTE, NAVET, PETIT POIS, HARICOT VERT, FLAGEOLET



Semaine du 10 au 14 décembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Macédoine mayonnaise	Pommes de terre vinaigrette échalote	 Soupe du géant	Pomelos et sucre	Salade verte et croûtons vinaigrette
Marmite de fruits de mer	 Fondant carotte potiron brebis cumin 	Echine demi-sel s/p : rôti de dinde au jus	Carbonade de bœuf	Filet de merlu sauce citron
Riz		Lentilles mijotées	Frites	Chou-fleur béchamel
Mimolette	Rondelé nature	Bleu d'Auvergne AOP	Tomme blanche	Yaourt nature sucré
Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Mousse au chocolat au lait	Gâteau basque

*MENU CONSEILLE ET CONFORME AU GEIRCON



Plat végétarien



Plat du chef



Nouvelle recette

MARMITE DE FRUITS DE MER : POISSON CUBE, MOULE, CREVETTE, SAUCE BLANCHE, CREME, EMMENTAL
 FONDANT CAROTTE POTIRON BREBIS CUMIN :
 SOUPE DU GEANT : HARICOTS VERTS, EPINARDS, POMME DE TERRE
 SAUCE CARBONADE : FOND BRUN, CAROTTE, OIGNON, PAIN D'EPICES, THYM, LAURIER



Semaine du 17 au 21 décembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi : Repas de fin d'année	Vendredi
Céleri rémoulade	Salade d'endives vinaigrette	Œuf dur mayonnaise	 Joyeux	Méli-mélo salade verte vinaigrette
Couscous boulettes bœuf	Marmite de poisson sauce persane	Bœuf bourguignon	 Noël	Cordon bleu
Semoule et légumes couscous	Gnocchetti	Carottes et pommes vapeur		Purée de potiron
Vache picon	Gouda	Brie		Fromage blanc et sucre
Compote de pommes	Flan nappé caramel	Fruit de saison		Fruit de saison

*MENU CONSEILLÉ ET CONFORME AU GEMFRON



Plat végétarien



Plat du chef



Nouvelle recette

SAUCE PERSANE : FUMET DE POISSON, BECHAMEL, CREME, CURRY, ERSATZ DE SAFRAN, OIGNON, ABRICOT SEC, CAROTTE



Semaine du 24 au 28 décembre 2018

VACANCES SCOLAIRES

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salade de lentilles à l'échalotte		Salade verte vinaigrette	Salade d'endives et croûtons vinaigrette	Potage légumes vache qui rit
Sauté de bœuf stroganoff		Filet de merlu sauce citron	Tartimouflette s/p : tartimouflette de dinde	Quiche thon tomate moutarde
Haricots beurre		Pommes vapeur		Salade verte
Fraidou			Saint Nectaire AOP	Tomme blanche
Fruit de saison		Lait gélifié saveur chocolat	Mouliné pomme biscuité	Banane sauce chocolat

*MENU CONSEILLE ET CONFORME AU GEMIRON



Plat végétarien

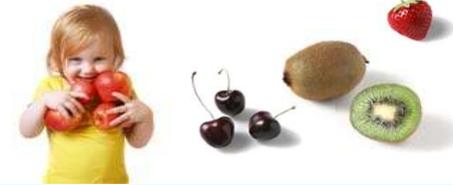


Plat du chef



Nouvelle recette

SAUCE STROGONOFF : BOUILLON, CHAMPIGNONS, CREME, OIGNON, PAPRIKA, CONCENTRE DE TOMATES
TARTIMOUFFLETTE : POMMES DE TERRE, LARDON, FROMAGE A TARTIFLETTE, EMMENTAL, OIGNON, SAUCE BLANCHE, MUSCADE



Semaine du 31 décembre 2018 au 4 janvier 2019

VACANCES SCOLAIRES

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Dips de carotte sauce fromage blanc menthe		Betteraves vinaigrette	Taboulé	Chou rouge vinaigrette de framboise
Aiguillettes de poulet sauce pain d'épices et crumble		Chipolata s/p : saucisse de volaille	Steak haché de bœuf au jus	Sauce duo de poisson à la tomate
Pommes de terre rissolées		Purée crécy	Riz	Penne
Yaourt aromatisé		Petit moulé ail et fines herbes	Camembert	Gouda
 Gâteau au chocolat épicé		Fruit de saison	Fruit de saison	Lait gélifié saveur vanille

*MENU CONSEILLE ET CONFORME AU GEMRCN

GATEAU AU CHOCOLAT EPICE : CEUF, FARINE, LAIT, LEVURE CHIMIQUE, CREME FRAICHE, CACAO, SUCRE, MELANGE 4 EPICES



Plat végétarien

Plat du chef

Nouvelle recette