



Semaine n°49- du 5 au 11 Décembre 2022

MENUS PAUVRE EN SEL

MENU A PAUVRE EN SEL

5 LUNDI

Haricots verts échalote
Cuisse de poulet
Epinard braisée
Yaourt nature
Pomme du Verger

6 MARDI

Betterave vinaigrette
Colin sauce citron
Poêlée de légumes
Edam
Purée pomme 4 épices

7 MERCREDI

Salade fantaisie
Tortis bolognaise

Yaourt nature
Smoothie

8 JEUDI

Céleri rémoulade
Bœuf bourguignon
Penne
Saint paulin
Roulé confiture

9 VENDREDI

Salade vitaminée
Colin sauce oseille
Riz pilaf
Fromage frais nature
Crème caramel

10 SAMEDI

Perles citron coriandre
Hachis Parmentier

Yaourt nature
Clémentine

11 DIMANCHE

Betterave à l'orange
Emincé de dinde aux oignons
Choux de bruxelles
Yaourt nature
Fondant au citron

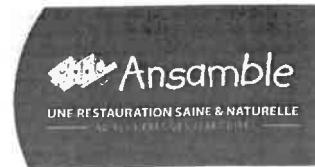
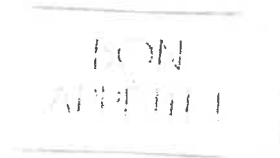
LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade arlequin: p. de terre, poivron, maïs

Salade fantaisie: céleri, pomme, raisin

Salade vitaminée: carotte, chou chinois, vinaigrette à l'orange

Salade esaü: lentilles, œuf dur, tomate, oignon, persil



Semaine n°49- du 5 au 11 Décembre 2022

MENUS PAUVRE EN SUCRE, limité en graisse

MENU A PAUVRE EN SUCRE, limité en graisse

5	LUNDI	Haricots verts échalote Pomme de terre à la savoyarde Salade verte Yaourt nature Pomme du Verger
6	MARDI	Betterave vinaigrette Colin pané citron Purée de légumes Fromage frais ail et fines herbes Purée pomme 4 épices
7	MERCREDI	Salade fantaisie Tortis bolognaise *** Fraidou Smoothie
8	JEUDI	Céleri rémoulade Bœuf bourguignon Pâtes et Haricots verts Coulommiers Kiwi
9	 VENDREDI	Salade vitaminée Colin sauce oseille Riz pilaf Carré fromager Pomme cuite au four S/SUCRE
10	SAMEDI	Perles citron coriandre Escalope viennoise Purée de légumes Yaourt nature Clémentine
11	DIMANCHE	Betterave à l'orange Palette de porc à la diable Pdt choux bruxelles Rondelé Fondant au citron s/sucre

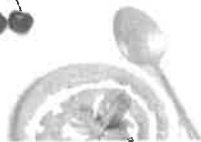
LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade arlequin: p. de terre, poivron, maïs

Salade fantaisie: céleri, pomme, raisin

Salade vitaminée: carotte, chou chinois, vinaigrette à l'orange

Salade esaü: lentilles, œuf dur, tomate, oignon, persil



Semaine n°49- du 5 au 11 Décembre 2022

NOM DU CLIENT

	MENU A	MENU B	DINER
LUNDI 5	Potage de légumes Haricots verts échalote Pommes de terre à la savoyarde Salade verte Yaourt nature Pomme du Verger	Potage de légumes Pâtes au basilic Cuisse de poulet Epinards braisés Tomme grise Flan vanille	Parmentier de patate douce au bœuf *** Crème pâtissière aux amandes
MARDI 6	Potage Dubarry Chou blanc vinaigrette au miel Colin pané citron Poêlée de légumes Fromage frais ail et fines herbes Purée pomme 4 épices	Potage Dubarry Betterave vinaigrette Boudin noir Purée de p. de terre Edam Poire	Clafoutis normand Salade verte en chiffonnade Fromage blanc au coulis de mangue
MERCREDI 7	Potage crécy Salade fantaisie Tortis bolognaise *** Fraidou Smoothie	Potage crécy Salade arlequin Œufs dur béchamel Fondue de poireau Yaourt nature Orange	Feuilleté de poisson au beurre blanc Mitonnée d'hiver Liégeois café
JEUDI 8	Crème de champignons Céleri rémoulade Bœuf bourguignon Penne Coulommiers Roulé confiture	Crème de champignons Macédoine de légumes Tajine de volaille Semoule Cotentin Kiwi	Omelette Duo d'haricots verts et beurre Crème dessert vanille
VENDREDI 9	Potage de légumes Salade vitaminée Colin sauce oseille Riz pilaf Carré fromager Crème caramel	Potage de légumes Salade esaü Poitrine de veau farçie sauce chasseur Petits pois au jus Fondu président Mousse au chocolat	Jambon blanc Gratin de p. de terre et céleri Pomme cuite au four
SAMEDI 10	Potage de légumes Perles citron coriandre Escalope viennoise Poêlée de légumes Yaourt nature Clémentine	Potage de légumes Carotte râpée vinaigrette Hachi parmentier **** Bûchette mi chèvre Purée de pomme	Tarte au poireau Salade verte en chiffonnade Flan chocolat
DIMANCHE 11	Potage céleri carotte Betterave à l'orange Palette de porc à la diable Pommes rissolées Rondelé Fondant au citron	Potage céleri carotte Saucisson à l'ail cornichons Emincé de dinde aux oignons Choux de Bruxelles Yaourt nature Semoule au lait	Coquille de poisson Julienne de légumes au fenouil Crème vanille

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

- Salade arlequin: p. de terre, poivron, maïs
- Salade fantaisie: céleri, pomme, raisin
- Salade vitaminée: carotte, chou chinois, vinaigrette à l'orange
- Salade esaü: lentilles, œuf dur, tomate, oignon, persil

Des photos de chaque plat et son ingrédient principal

sur la recette

Appellation d'Origine Protégée

Fruit indiqué sur le menu servi selon sa disponibilité d'après



Semaine n°50 - du 12 au 18 Décembre 2022

MENUS PAUVRE EN SEL

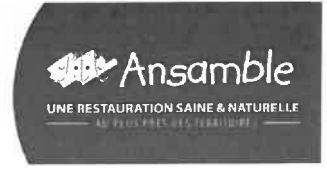
MENU A PAUVRE EN SEL

	MENU A PAUVRE EN SEL
12 LUNDI	Duo de chou rouge et blanc Raviolis de Bœuf Salade verte Saint paulin Clémentines
13 MARDI	Salade exotique Tajine de volaille Semoule Yaourt nature Purée pomme cannelle
14 MERCREDI	Céleri vinaigrette Bœuf mode Polenta Edam Crème pâtissière au rhum
15 JEUDI	Betterave à l'ail Poulet rôti Carottes Yaourt nature Clafoutis aux poires
16 VENDREDI	Macédoine vinaigrette Merlu sauce Américaine Haricots beurre Gouda Semoule au lait
17 SAMEDI	Carotte râpée ciboulette Omelette Epinard à la crème Yaourt nature Purée pomme myrtille
18 DIMANCHE	Radis blanc vinaigrette Cuisse de pintade au jus Petits pois fermière Fromage blanc nature Tarte au flan

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Chou blanc à la japonnaise: chou blanc, vinaigrette sauce soja

Salade exotique: riz, ananas, maïs



Semaine n°50 - du 12 au 18 Décembre 2022

MENUS PAUVRE EN SUCRE, limité en graisse

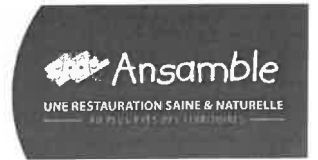
MENU A PAUVRE EN SUCRE, limité en graisse

12	LUNDI	Duo de chou rouge et blanc Raviolis de bœuf Salade verte Pavé demi-sel Clémentines
13	MARDI	Salade exotique Tajine de volaille Semoule et carottes Yaourt nature Purée pomme cannelle
14	MERCREDI	Pâté de foie Choux- fleur à la parisienne **** Tomme blanche Crème pâtissière rhum s/sucre
15	JEUDI	Tarte aux légumes Poulet rôti Carottes et haricots blanc Cotentin Clafoutis aux poires s/sucre
16	VENDREDI	Macédoine mayonnaise Merlu sauce Américaine Haricots Beurre Gouda Semoule au lait s/sucre
17	SAMEDI	Carotte râpée ciboulette Choucroute *** Fraidou Purée pomme myrtille
18	DIMANCHE	Cervelas vinaigrette Cuisse de pintade au jus Petits pois fermière Brie Tarte Flan

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Chou blanc à la japonnaise: chou blanc, vinaigrette sauce soja

Salade exotique: riz, ananas, maïs



Semaine n°50 - du 12 au 18 Décembre 2022

NOM DU CLIENT

	MENU A	MENU B	DINER
LUNDI 12	Potage parmentier Duo de chou rouge et blanc Raviolis de boeuf Salade verte Pavé demi-sel Crème vanille	Potage parmentier Taboulé Colin sauce armoricaine Navets braisés Emmental Clémentines	Omelette Endive béchamel Crème dessert caramel
MARDI 13	Potage de légumes Salade exotique Tajine de volaille Semoule Yaourt nature Purée pomme cannelle (M)	Potage de légumes Carotte cuite au cumin Andouillette sauce moutarde Purée de p. de terre Camembert Flan chocolat	Crêpe aux fruits de mer Chou romanesco Poire
MERCREDI 14	Potage crécy Pâté de foie cornichons Chou-fleur à la parisienne **** Tomme blanche Crème pâtissière au rhum (M)	Potage crécy Céleri rémoulade Bœuf mode Polenta crémeuse Petit fromage frais aux noix Pomme du Verger	Croisillon aux champignons Salade verte en chiffonnade Liégeois café
JEUDI 15	Potage de légumes Tarte aux légumes Poulet rôti Carottes Cotentin Clafoutis aux poires (M)	Potage de légumes Cervelas vinaigrette Boulettes d'agneau au jus Haricots blancs cuisinés Yaourt nature Orange	Poelee de p. de terre a la strasbourgeoise *** Fromage blanc au miel
VENDREDI 16	Potage Dubarry Macédoine mayonnaise Merlu sauce américaine Haricots Beurre Gouda Semoule au lait (M)	Potage Dubarry Chou blanc à la japonnaise Sauté de porc charcutière Pâtes tortis Fondu président Flan vanille	Risotto de volaille *** Pomme du Verger
SAMEDI 17	Potage a l'oseille Carotte râpée ciboulette Choucroute *** Fraidou Purée pomme myrtille (M)	Potage a l'oseille Perles aux petits légumes Omelette Epinards à la crème Yaourt nature Kiwi	Caroline au fromage Poêlée de légumes Mousse au chocolat
DIMANCHE 18	Potage de légumes Cervelas vinaigrette Cuisse de pintade au jus Petits pois fermière Crème anglaise Gateau façon brownies (M)	Potage de légumes Radis blanc rémoulade Merlu sauce crevette Riz au curry Brie Tarte au flan	Macaronis façon carbonara *** Pomme du Verger

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Chou blanc à la japonnaise: chou blanc, vinaigrette sauce soja
Salade exotique: riz, ananas, maïs

Les labels de qualité portent sur l'ingrédient principal de la recette.

L'appellation d'origine protégée

Le fruit indiqué sur le menu servi selon sa disponibilité d'après