



# Menu de la Semaine

— Semaine impaire



Les recettes  
du Terroir



Les recettes  
Végétariennes



Le Goût  
des Saisons



La Cuisine  
du Monde



Recettes &  
Produits locaux

Lundi

Déjeuner

Surimi  
mayonnaise  
\*\*\*

Fricassée de  
volaille sauce  
moutarde  
\*\*\*

Duo de  
courgettes  
persillées  
Riz  
\*\*\*

Compote de  
Pomme

Dîner

 Concombre  
ciboulette  
\*\*\*

 Quiche aux  
légumes  
\*\*\*

Salade

Flan caramel

Mardi

Déjeuner

Carotte râpe  
vinaigrette  
\*\*\*

 Escalope  
pané végétale  
au fromage  
Sauce tomate  
\*\*\*

Purée de  
pommes de  
terre  
Haricots verts  
\*\*\*

Crème chocolat

Dîner

Velouté de  
légumes  
\*\*\*

Paupiette de  
saumon  
Sauce citron  
\*\*\*

Petits pois  
\*\*\*

Salade  
d'ananas

Mercredi

Déjeuner

Betteraves  
vinaigrette  
\*\*\*

Boulette de  
veau au jus  
\*\*\*

Torsade  
Brocolis  
\*\*\*

Fruit de  
Saison

Dîner

Salade de riz  
et thon  
\*\*\*

 Omelette au  
fromage  
\*\*\*

Ratatouille  
\*\*\*

Carré abricot

Jeudi

Déjeuner

 Tomate  
vinaigrette  
\*\*\*

Emincé de  
volaille sauce  
curry  
\*\*\*

Semoule  
couscous  
Légumes  
pour  
couscous  
\*\*\*

 Panna cotta à  
la fraise

Dîner

Velouté de  
légumes  
\*\*\*

Jambon fumé  
braisé au jus  
\*\*\*

Lentilles  
\*\*\*

Salade de  
fruits St  
Mamet

Vendredi

Déjeuner

Salade de pâtes  
basilic  
\*\*\*

filet de poisson  
meunière et  
citron  
\*\*\*

Poêlée cordiale  
de légumes  
Blé  
\*\*\*

fruit de saison

Dîner

 Melon  
\*\*\*

 Hachis  
parmentier  
\*\*\*

Salade  
\*\*\*

Velouté fruit

Samedi

Déjeuner

 Pastèque en  
salade  
\*\*\*

Rôti de dinde  
Sauce  
champignons  
\*\*\*

Pommes  
vapeurs  
Carottes  
\*\*\*

Emmental  
Fromage blanc  
nature

Dîner

Soupe tomate  
\*\*\*

Frittata  
\*\*\*

Salade  
\*\*\*

Crème dessert  
vanille

Dimanche

Déjeuner

Pâté en croûte  
\*\*\*

Sauté de bœuf  
\*\*\*

Haricots  
beurre  
Pâtes  
\*\*\*

Tarte  
aux pommes

Dîner

Potage  
poireaux  
pommes de  
terre  
\*\*\*

Tomate farcie  
sauce tomate  
\*\*\*

Riz blanc  
\*\*\*

Fruit de saison



# Menu de la semaine

— Semaine paire



Les recettes du Terroir



Les recettes Végétariennes



Le Goût des Saisons



La Cuisine du Monde



Recettes & Produits locaux

Lundi

Déjeuner

Carotte râpée vinaigrette \*\*\*  
Aiguillette de saumon meunière \*\*\*  
Boulogour Brocolis \*\*\*  
Pomme au four

Dîner

Velouté de légume \*\*\*  
Rôti de porc Sauce moutarde \*\*\*  
Purée carotte \*\*\*  
Mousse au chocolat

Mardi

Déjeuner

Concombre à la crème \*\*\*  
Boudin noir aux pommes \*\*\*  
Purée de pommes de terre \*\*\*  
Fromage blanc au coulis de fruits

Dîner

Tomate vinaigrette \*\*\*  
Omelette aux herbes \*\*\*  
Piperade \*\*\*  
Semoule au lait

Mercredi

Déjeuner

Cervelas vinaigrette \*\*\*  
Chili con carne \*\*\*  
Duo de courgettes Riz \*\*\*  
Petit suisse

Dîner

Velouté de carottes \*\*\*  
Coquillettes Carbonara \*\*\*  
Fruit de saison

Jeudi

Déjeuner

Salade de lentilles \*\*\*  
Cuisse de poulet rôti et son jus \*\*\*  
Haricots verts Semoule \*\*\*  
Tarte au citron

Dîner

Gaspacho \*\*\*  
Tarte au chèvre et tomate basilic \*\*\*  
Salade \*\*\*  
Salade de fruits

Vendredi

Déjeuner

Melon \*\*\*  
Filet de colin sauce curcuma \*\*\*  
Purée de pomme de terre  
Tomate au four \*\*\*  
Compote de pommes fraise

Dîner

Velouté de légumes \*\*\*  
Paupiette de veau sauce au poivre \*\*\*  
Petits pois carottes \*\*\*  
Ile flottante et crème anglaise

Samedi

Déjeuner

Taboulé \*\*\*  
Sauté de porc sauce charcutière \*\*\*  
Poêlée campagnarde  
Blé pilaf \*\*\*

Dîner

Batavia et dés de jambon \*\*\*  
Lasagne de boeuf \*\*\*  
Yaourt nature

Dimanche

Déjeuner

Salade de pépinette au thon \*\*\*  
Rôti de veau au jus \*\*\*  
Julienne de légumes  
Pommes de terre \*\*\*  
Carré framboise

Dîner

Potage de poireaux \*\*\*  
Colin pané céréales \*\*\*  
Riz blanc \*\*\*  
Fruit de saison



Pastèque