

**MENUS SEMAINE 18 PAUVRE EN SEL**

	lundi 29	mardi 30	mercredi 01	jeudi 02	vendredi 03	samedi 04	dimanche 05
<b>MENU</b>	Betteraves locales  Brandade de poissons blancs PMD (hoki, merlu, colin) (pdt locales)  Fromage blanc local et sucre  Poire locale	Salade de tomates et échalotes  Sauté de dinde locale sauce façon cervoise  Lentilles locales mijotées  Yaourt aromatisé  Mousse au citron	Salade mexicaine (haricots rouges, maïs, tomate)  Sauté de bœuf local sauce printanière  Chou fleur  Fromage blanc local et sucre  Poire	Betteraves locales  Dés de poisson PMD sauce nantua  Lentilles locales mijotées  Yaourt nature et sucre  Purée de pomme Bio locale	Radis locaux et beurre  Colin d'Alaska PMD sauce à l'oseille  Pates locales  Yaourt aromatisé  Crème dessert saveur café	Mais et thon  Sauté de dinde locale sauce au curry  Epinards branches en béchamel  Fromage frais petit moulu ail et fines herbes  Purée de pomme locale et pêche	Concombre local en rondelles  Aiguillettes de poulet sauce façon tandoori  Carottes  Gouda sans sel  Paris Brest
<b>POTAGE</b>	Velouté de poireaux et pommes de terre	Velouté potiron et pommes de terre	Potage andalou (haricots verts, tomate, pdt)	Potage de légumes et tomate (tomates, carottes, pdt, poireaux, choux fleurs, céleri, haricots verts et petits pois)	Potage tourangelles (chou vert, navet, petits pois, poireaux, pdt)	Soupe de légumes racines (carotte, céleri, chou, navet)	Soupe à l'oignon
<b>SALADE</b>	Salade verte		Salade verte	Salade verte	Salade verte		Salade verte



sOgeres

NOM DU CLIENT : \_\_\_\_\_

**PORTAGE - VILLE DE LUYNES**

**MENUS SEMAINE 19 PAUVRE EN SEL**

	lundi 06	mardi 07	mercredi 08	jeudi 09	vendredi 10	samedi 11	dimanche 12
MENU	Carottes rapées Bio	Salade de pois chiche	Salade de lentilles	Courgettes locales et ciboulette	Salade de haricots rouges Bio locaux et tomate comme un chili	Radis locaux et beurre	Betteraves locales
	Merlu PMD sauce estragon	Omelette nature OPA	Poulet roti au jus	Colin d'Alaska PMD sauce aux fines herbes	Filet de limande PMD sauce aurore	Sauté de porc local au jus	Paupiette de veau sauce façon grand-mère
	Pommes de terre grenaille locales en persillade	Aubergines locales	Blettes en béchamel	Riz Bio	Ratatouille (aubergines, courgettes, oignons, sauce tomate)	Lentilles locales mijotées	Purée de pommes de terre locales
	Yaourt nature et sucre	Saint paulin sans sel	Fromage blanc nature et sucre	Gouda sans sel	Brie	Yaourt aromatisé	Fromage blanc nature et sucre
	Lacté saveur chocolat	Banane	Mousse au citron	Ananas	Flan saveur vanille nappé caramel	Purée de pommes et poire Bio locale	Roulé à la framboise
POTAGE	Potage paysan (navets, carottes, céleri et pdt)	Soupe aux choux	Velouté de poireaux et pommes de terre	Potage cultivateur (carottes, pdt, poireaux, choux-fleurs, céleri, haricots verts, petits pois)	Potage façon Darblay (poireaux, navet et carottes)	Soupe brocolis, poireaux et pommes de terre	Potage de légumes (carottes, pdt, poireaux, choux fleurs, céleri, haricots verts et petits pois)
SALADE				Salade verte			



sOgeres

NOM DU CLIENT : \_\_\_\_\_

**PORTAGE - VILLE DE LUYNES**

**MENUS SEMAINE 20 PAUVRE EN SEL**

	lundi 13	mardi 14	mercredi 15	jeudi 16	vendredi 17	samedi 18	dimanche 19
<b>MENU</b>	Salade verte locale et croutons  Paupiette de saumon sauce aux épices douces  Haricots blancs coco Bio locaux sauce tomate  Camembert  Purée de pommes locales à la cannelle	Carottes rapées Bio  Aiguillettes de poulet sauce basquaise  Purée de patate douce (pdt locale)  Fromage blanc aromatisé  Crème dessert saveur vanille	Taboulé de petit épeautre Bio local (concombre, poivron, menthe)  Œufs à la florentine (épinards)  Fromage blanc local et sucre  Kiwi	Salade de pâtes s (échalote, tomate, poivron)  Boulettes au mouton et bœuf sauce à la marocaine  Légumes couscous (navets, pois chiche, carottes, courgettes, céleri)  Yaourt aromatisé  Poire	Salade de lentilles  Colin d'Alaska PMD meunière  Haricots verts  Petits suisses natures et sucre  Fraises locales	Courgettes locales et ciboulette  Bolognaise de canard  Riz  Gouda sans sel  Pomme	Tomates locales  Colombo de dinde locale  Jardinière de légumes (carottes, petits pois, haricots verts, navets)  Saint paulin sans sel  Millefeuille
<b>POTAGE</b>	Velouté Dubarry (choux fleurs et pdt)	Soupe montagnarde (navet, céleri, pdt, poireaux, carotte)	Potage de légumes et tomate (tomates, carottes, pdt, poireaux, choux fleurs, céleri, haricots verts et petits pois)	Soupe à l'oignon	Potage andalou (haricots verts, tomate, pdt)	Potage paysan (navets, carottes, céleri et pdt)	Potage tourangelle (chou vert, navet, petits pois, poireaux, pdt)
<b>SALADE</b>	Salade verte		Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	

NOM DU CLIENT : \_\_\_\_\_

**PORTAGE - VILLE DE LUYNES**

**MENUS SEMAINE 21 PAUVRE EN SEL**

	lundi 20	mardi 21	mercredi 22	jeudi 23	vendredi 24	samedi 25	dimanche 26
<b>MENU</b>	Salade de lentilles	Betteraves locales	Radis locaux et beurre	Courgettes locales et ciboulette	Concombres locaux en rondelles	Taboulé (concombre, menthe, jus de tomate)	Salade verte locale et maïs
	Omelette OPA	Thon à la tomate et au basilic	Sauté de dinde local sauce aigre douce	Œufs durs sauce béchamel	Courmentier de lieu noir PMD (pdt locale)	Sauté de porc local sauce tomate	Poulet roti au jus
	Légumes façon maillot (petits pois, carottes, haricots verts)	Haricots blancs coco Bio locaux sauce tomate	Pommes de terre grenaille locales en persillade	Torsades locales	Saint paulin sans sel	Haricots verts persillés	Aubergines locales sauce tomate
	Yaourt aromatisé	Gouda sans sel	Yaourt à la pulpe de fruits	Yaourt nature et sucre	Crème dessert au chocolat	Fromage blanc local et sucre	Fromage frais petit moulu aux noix
	Poire	Lacté saveur vanille	Purée de pomme	Purée pomme fraise	Orange		Choux à la crème
<b>POTAGE</b>	Soupe aux choux	Potage cultivateur (carottes, pdt, poireaux, choux-fleurs, céleri, haricots verts, petits pois)	Soupe de légumes racines (carotte, céleri, chou, navet)	Soupe de lentilles locales	Velouté de poireaux et pommes de terre	Velouté Dubarry (choux fleurs et pdt)	Potage façon Darblay (poireaux, navet et carottes)
<b>SALADE</b>				Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte

