

NOM DU CLIENT : _____

PORTAGE - VILLE DE LUYNES

MENUS SEMAINE 18 PAUVRE EN SEL

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



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
MENU	Salade verte locale et croustons 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 naturels 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
POTAGE	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)
SALADE	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
MENU	Salade de lentilles Omelette OPA Légumes façon maillot (petits pois, carottes, haricots verts) Yaourt aromatisé Poire	Betteraves locales Thon à la tomate et au basilic Haricots blancs coco Bio locaux sauce tomate Gouda sans sel Lacté saveur vanille	Radis locaux et beurre Sauté de dinde local sauce aigre douce Pommes de terre grenaille locales en persillade Yaourt à la pulpe de fruits Purée de pomme	Courgettes locales et ciboulette Œufs durs sauce béchamel Torsades locales Yaourt nature et sucre Purée pomme fraise	Concombres locaux en rondelles Courmentier de lieu noir PMD (pdt locale) Saint paulin sans sel Crème dessert au chocolat	Taboulé (concombre, menthe, jus de tomate) Sauté de porc local sauce tomate Haricots verts persillés Fromage blanc local et sucre Orange	Salade verte locale et maïs Poulet roti au jus Aubergines locales sauce tomate Fromage frais petit moulu aux noix Choux à la crème
POTAGE	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)
SALADE				Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte

