

SANS SUCRE

Semaine	Du	05 octobre 2020	11 octobre 2020
41			
		MENU 1	MENU 2
			Choix
Lundi		Poivrons à la niçoise	Salade d'endives vinaigrette
		Boulettes de bœuf menthe façon orientale	Colin d'Alaska et citron
		Purée de pomme de terre	Purée de potiron et pomme de terre
		Vache qui rit	Petit Suisse
05 octobre		Orange	Purée de pomme ananas
			Menu 1
			Velouté Dubarry
			Salade verte
			Jambon
			Menu 2
			Poulet
Mardi		Betteraves vinaigrette	Concombres vinaigrette
		Sauté de dinde à la provençale	Escalope de porc au thym
		Semoule	Ratatouille
		Yaourt nature de la fromagerie Maurice	Camembert
06 octobre		Pomme	Moelleux cacao sans sucre
			Menu 1
			Potage de légumes variés
			Salade verte
			Jambon
			Menu 2
			Steak haché
Mercredi		Riz niçois	Macédoine
		Calamars sauce tomate	Bœuf braisé sauce Bercy
		Epinards	Blé
		Fromage blanc	Edam
07 octobre		Pêche au naturel	Poire
			Menu 1
			Potage Poireaux pomme de
			Salade verte
			Poulet
			Menu 2
			Jambon
Jeudi		Salade coleslaw	Salade de lentilles
		Rôti de porc sauce Diable	Clafoutis brocolis, pdt, mozzarella (PC)
		Coquille	-
		Petit Suisse	Fraidou
08 octobre		Prune Reine Claude	Purée de pomme
			Menu 1
			Potage cultivateur
			Salade verte
			Steak haché
			Menu 2
			Poulet
Vendredi		Œuf dur mayonnaise	Céleri rémoulade
		Hoki sauce champignons	Chili con carne (PC)
		Blettes persillées	-
		Gouda	Fromage blanc
09 octobre		Yaourt aux fruits 0%	Ananas
			Menu 1
			Potage Tourangeau
			Salade verte
			Poulet
			Menu 2
			Jambon
Samedi		Salade de pâtes (torti, tomate, poivron)	Salade de haricots beurre à l'échalote
		Poulet rôti	Pizza au jambon (PC)
		Carottes	-
		Carré	Yaourt nature
10 octobre		Moelleux framboise sans sucre	Orange
			Menu 1
			Potage Crécy
			Salade verte
			Menu 2
			Jambon
Dimanche		Pomelo	Salade de pomme de terre et hareng
		Colin lieu sauce curry	Sauté de bœuf façon Cervoise
		Printanière de légumes	Boullgour
		Cantal AOP	Petit Suisse
11 octobre		Semoule au lait du Chef	Semoule au lait du Chef
			Menu 1
			Potage légumes et tomates
			Salade verte
			Menu 2



* Vous pouvez remplacer la viande ou le poisson du menu 1 ou du menu 2 du lundi au vendredi en cochant la case jambon ou poulet ou steak correspondante.



SANS SUCRE

Semaine	Du	12 octobre 2020	18 octobre 2020
42			
		MENU 1	MENU 2
			Choix
Lundi	12 octobre	Salade de betteraves aux pommes Steak haché de veau jus aux oignons Pâtes serpentini Fromage blanc Kiwi	Taboulé aux raisins secs Merlu et citron Haricots beurre Tomme blanche Moelleux cacao sans sucre
			Menu 1 Potage de légumes variés Salade verte Jambon
			Menu 2 Poulet
Mardi	13 octobre	Salade de tomates Choucroute (PC) - Edam Yaourt aux fruits 0%	Salade de riz composée Sauté de bœuf à la hongroise Carottes Yaourt nature Pomme
			Menu 1 Potage Andalou Salade verte Poulet
			Menu 2 Jambon
Mercredi	14 octobre	Boulgour, tomates, poivrons Boulettes de mouton orientale Légumes couscous Faisselle Orange	Radis et beurre Omelette sauce tomate Pomme de terre vapeur Saint Môret Madeleine saveur citron sans sucre
			Menu 1 Potage Choisy Salade verte Poulet
			Menu 2 Steak haché
Jeudi	15 octobre	Salade verte, croûtons et lardons Parmentier de canard aux deux pommes (PC) - Coulommiers Cake sans sucre	Crêpe au fromage Aiguillette de poulet sauce au thym Epinards Petit Suisse Ananas
			Menu 1 Velouté Dubarry Salade verte Jambon
			Menu 2 Steak haché
Vendredi	16 octobre	Endives vinaigrette Dés de poissons et sauce tomate Riz Vache Picon Purée de pomme fraise	Rillettes de thon du Chef Rôti de porc au curry Brocolis Yaourt nature Raisin blanc
			Menu 1 Potage poireaux et pomme de terre Salade verte Poulet
			Menu 2 Steak haché
Samedi	17 octobre	Cœur de palmier et maïs Lasagne bolognaise (PC) - Fromage blanc Poire	Salade piémontaise Sauté de veau sauce poivrade Petits pois mijotés Montcadi croûte noire Pêche au naturel
			Menu 1 Potage cuiti vateur Salade verte
			Menu 2
Dimanche	18 octobre	Salade de betteraves vinaigrette Emincé de dinde forestière Navets braisés Petit Suisse Eclair au chocolat	Poireaux vinaigrette Filet de limande sauce aurore Semoule Bûche de chèvre Eclair au chocolat
			Menu 1 Soupe à l'oignon Salade verte
			Menu 2



* Vous pouvez remplacer la viande ou le poisson du menu 1 ou du menu 2 du lundi au vendredi en cochant la case jambon ou poulet ou steak correspondante.



SANS SUCRE

Semaine	Du	19 octobre 2020	25 octobre 2020
43			
		MENU 1	MENU 2
			Choix
Lundi	19 octobre	Salade de tomates Bœuf braisé sauce Dijonnaise Boulgour Camembert Yaourt aux fruits 0%	Salade Mexicaine Merlu sauce aux fines herbes Haricots verts Yaourt nature Raisin blanc
			Menu 1 Menu 2
			Potage Crécy Salade verte Jambon Poulet
Mardi	20 octobre	Betteraves Escalope de porc sauce cornichons Macaronis Emmental Poire	Taboulé aux raisins secs Omelette au fromage Carottes Fromage blanc Purée de pomme
			Menu 1 Menu 2
			Potage légumes variés Salade verte Poulet Steak haché
Mercredi	21 octobre	Salade de riz composée Aiguillettes de poulet sauce fermière Jardinière de légumes Pointe de Brie Cake sans sucre	Carottes râpées vinaigrette Boudin noir Purée de pomme de terre Yaourt nature Orange
			Menu 1 Menu 2
			Potage Cultivateur Salade verte Jambon Steak haché
Jeudi	22 octobre	Haricots beurre vinaigrette Jambon blanc Purée de céleri Petit Suisse Banane	Pomelo Hoki sauce Bulgogi Riz Petit Cotentin Moelleux cacao sans sucre
			Menu 1 Menu 2
			Velouté de brocolis et poireaux Salade verte Steak haché Poulet
Vendredi	23 octobre	Salade de pâtes Filet de Colin Lieu et citron Fondue de poireaux Fromage blanc Ananas	Chou blanc et raisins secs Bœuf braisé sauce Gardiane Semoule Gouda Purée de pomme coing
			Menu 1 Menu 2
			Potage Andalous Salade verte Poulet Jambon
Samedi	24 octobre	Rillettes de poisson Steak haché de bœuf sauce façon Bordelaise Bouquet de légumes Mimolette Pomme	Macédoine Sauté de porc sauce au thym Pomme de terre Boulangère Yaourt nature Purée de pomme fraise
			Menu 1 Menu 2
			Velouté Dubarry Salade verte Jambon
Dimanche	25 octobre	Fonds d'artichauts Poulet rôti sauce au curry Tagliatelle Petit Suisse Brownie Mexicain	Pomelo Paupiette de veau au jus Ratatouille à la niçoise Rondelé ail et fines herbes Brownie Mexicain
			Menu 1 Menu 2
			Potage Choisy Salade verte



* Vous pouvez remplacer la viande ou le poisson du menu 1 ou du menu 2 du lundi au vendredi en cochant la case jambon ou poulet ou steak correspondante.



SANS SUCRE

Semaine	Du	26 octobre 2020	01 novembre 2020
44		MENU 1	MENU 2
			Choix
Lundi	Salade de haricots beurre	Taboulé	Menu 1
	Chou farci	Jambon blanc	Potage Cultivateur
	Boulgour	Gratin de chou fleur et pomme de terre	Salade verte
	Coulommiers	Fromage blanc	Poulet
26 octobre	Raisin blanc	Purée de pomme coing	Menu 2
			Steak haché
Mardi	Salade de blé aux légumes	Carottes râpées	Menu 1
	Sauté de bœuf sauce cantadou, agrumes et potiron	Sauté de porc sauce moutard à l'ancienne	Potage Légumes variés
	Epinards	Pommes de terre persillées	Salade verte
	Edam	Yaourt nature de la fromagerie Maurice	Poulet
27 octobre	Yaourt aux fruits 0%	Orange	Menu 2
			Jambon
Mercredi	Salade de betteraves	Salade Tourangelle (pdt, flageolets, h.verts)	Menu 1
	Omelette sauce basquaise	Steak haché de veau jus aux oignons	Potage Choisy
	Macaronis	Courgettes à l'ail	Salade verte
	Petit Suisse	Petit Moulé ail et fines herbes	Poulet
28 octobre	Pomme	Moelleux cacao sans sucre	Menu 2
			Jambon
Jeudi	Salade verte et croûtons	Œuf dur mayonnaise	Menu 1
	Thon à la tomate basilic	Quenelles aux épices	Potage Andalous
	Riz	Chou braisé	Salade verte
	Camembert	Fromage blanc	Poulet
29 octobre	Purée de pêche	Poire	Menu 2
			Poulet
Vendredi	Salade de champignons persillés	Poireaux vinaigrette	Menu 1
	Pavé de merlu et citron	Boulettes de mouton sauce Marocaine	Velouté de potiron
	Purée de courge butternut BIO	Blé	Salade verte
	Mimolette	Yaourt nature	Poulet
30 octobre	Cake sans sucre	Ananas	Menu 2
			Jambon
Samedi	Poivrons à la niçoise	Cake du Chef aux herbes de Provence et à la tomate	Menu 1
	Cervelas Obernois	Aiguillette de poulet sauce origan tomate	Potage légumes variés
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts persillés	Salade verte
	Petit Suisse	Camembert	
31 octobre	Poire	Yaourt aux fruits 0%	Menu 2
Dimanche	Macédoine	Saucisson à l'ail et cornichons	Menu 1
	Bolognaise de canard	Colin lieu sauce à l'oseille	Potage Crécy
	Penne	Carottes à la crème	Salade verte
	Fromage blanc	Fourme d'Ambert AOP	
01 novembre	Tarte au flan	Tarte au flan	Menu 2



* Vous pouvez remplacer la viande ou le poisson du menu 1 ou du menu 2 du lundi au vendredi en cochant la case jambon ou poulet ou steak correspondante.

