

SANS SEL

Semaine	Du	30 novembre 2020	06 décembre 2020
49	MENU 1	MENU 2	Choix
Lundi 30 novembre	Boullgour, tomate et poivron Pavé de colin sauce curry Bouquet de légumes (chou fleur, brocoli, carotte) Fromage sans sel Pomme	Salade de betteraves Bolognaise de canard du chef Penne rigate Fromage blanc nature Lacté saveur chocolat	Menu 1 Potage Derblay Salade verte Jambon Menu 2 Poulet
Mardi 01 décembre	Emincé de chou blanc Rôti de porc Lentilles mijotées Yaourt nature (Fromagerie Maurice) Poire	Salade de riz composée Emincé de dinde sauce Bulgogi (gingembre, paprika, sauce soja) Poêlée méridionale (carotte, courgette, pois chiche, poivron) Yaourt nature (Fromagerie Maurice) Poire	Menu 1 Potage Crécy Salade verte Poulet Menu 2 Steak haché
Mercredi 02 décembre	Macédoine Boulettes au mouton et leur jus Semoule Fromage sans sel Ananas au sirop	Salade de pois chiche Sauté de boeuf sauce forestière (champignons) Epinards Fromage sans sel Raisin blanc	Menu 1 Potage Cultivateur Salade verte Poulet Menu 2 Jambon
Jeudi 03 décembre	Salade de pâtes (torti, tomate, poivron, échalote) Omelette Printanière de légumes Fromage blanc Clémentine	Carottes râpées Merlu sauce fines herbes Purée de pommes de terre Fromage sans sel Yaourt aux fruits	Menu 1 Potage légumes et tomate Salade verte Jambon Menu 2 Poulet
Vendredi 04 décembre	Emincé d'endives Thon à la tomate et au basilic Ratatouille à la niçoise Petit suisse Banane	Salade de blé aux légumes Steak haché de bœuf au jus Coquillettes Fromage sans sel Liégeois à la vanille	Menu 1 Velouté de potiron Salade verte Jambon Menu 2 Steak haché
Samedi 05 décembre	Céleri vinaigrette Sauté de dinde Label rouge sauce au thym Carottes Fromage sans sel Compote de pommes et abricots allégée en sucres	Œuf dur Pavé de hoki sauce basquaise (ail, tomate, poivron) Riz Yaourt nature Ananas	Menu 1 Potage poireaux-pommes de terre Salade verte Menu 2
Dimanche 06 décembre	Salade de lentilles Jambon sans sel Haricots verts Fromage sans sel Gâteau cacao façon financier du chef	Champignons persillés Bœuf braisé sauce Dijonnaise Pomme de terre vapeur Fromage blanc nature Gâteau cacao façon financier du chef	Menu 1 Potage Tourangelle 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 correspondant.



Semaine	Du	07 décembre 2020	13 décembre 2020
50	MENU 1	MENU 2	Choix
Lundi 07 décembre	Râpé de chou rouge Steak haché de veau, jus aux oignons Farfallines Fromage sans sel Lacté saveur vanille	Artichaut vinaigrette Merlu et citron Fondue de poireaux Petit Suisse Poire	Menu 1 Potage Derblay Salade verte Jambon Menu 2 Poulet
Mardi 08 décembre	Salade de blé, tomate, concombre et poivron Sauté de dinde sauce crème et champignons Epinards Fromage sans sel Purée de pommes	Carottes râpées Boeuf braisé sauce tomate Riz Fromage sans sel Purée de pommes	Menu 1 Potage Cultivateur Salade verte Poulet Menu 2 Jambon
Mercredi 09 décembre	Salade de betteraves Omelette sauce Basquaise Semoule Fromage blanc nature Clémentine	Salade de pomme de terre Merguez et légumes Légumes couscous Fromage blanc nature Clémentine	Menu 1 Potage poireaux-pommes de terre Salade verte Poulet Menu 2 Steak haché
Jeudi 10 décembre	Macédoine Jambon sans sel Choux de Bruxelles Faisselle Ananas	Coeur de palmiers et maïs Calamars sauce tomate Purée de céleri et pommes de terre Fromage sans sel Mousse au citron	Menu 1 Potage Tourangelle Salade verte Jambon Menu 2 Steak haché
Vendredi 11 décembre	Cake paprika poivron tomate du chef Pavé de hoki sauce basilic Légumes façon Maillot (petit pois, carotte, haricot vert) Fromage sans sel Crème dessert au café	Pomelos et sucre Aiguillettes de poulet sauce échalote Pommes de terre vapeur Petit fromage frais nature Raisin	Menu 1 Potage légumes variés Salade verte Jambon Menu 2 Steak haché
Samedi 12 décembre	Brisures de chou fleur Quenelle sauce crème champignons Spaghetti Fromage sans sel Fromage blanc au miel et aux épices	Salade de riz composée Parmentier de poisson à la courge butternut BIO (PC) - Yaourt nature Kiwi	Menu 1 Velouté de champignons Salade verte Menu 2
Dimanche 13 décembre	Poireaux vinaigrette Rôti de porc jus aux oignons Haricots blancs Fromage blanc nature Eclair parfum au chocolat	Salade verte vinaigrette Sauté de boeuf sauce au thym Carottes Fromage sans sel Eclair parfum au chocolat	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.



Semaine	Du	14 décembre 2020	20 décembre 2020
51	MENU 1	MENU 2	Choix
Lundi 14 décembre	Salade de betteraves	Salade de lentilles aux agrumes	Menu 1 Potage de légumes variés Salade verte Jambon
	Bifteck haché charolais au jus	Emincé porc à la dijonnaise* (moutarde)	
	Blé	Julienne de légumes	
	Petit Suisse	Fromage sans sel	
	Clémentine	Fromage frais aux fruits	Menu 2 Poulet
Mardi 15 décembre	Salade Caesar (Salade/croûtons/oeuf)	Pommes de terre sauce moutarde à l'ancienne	Menu 1 Potage poireaux-pommes de Salade verte Jambon
	Poulet rôti	Boulettes de mouton	
	Riz sauce tomate	Légumes couscous	
	Fromage sans sel	Yaourt nature	
	Fromage blanc au miel et aux épices	Poire	Menu 2 Jambon
Mercredi 16 décembre	Salade verte vinaigrette	Carottes râpées	Menu 1 Potage Andalou Salade verte Poulet
	Rôti de porc cuit au jus	Colin d'Alaska sauce fines herbes	
	Chou fleur	Semoule sauce tomate	
	Fromage sans sel	Fromage blanc nature	
	Orange	Beignet aux pommes	Menu 2 Steak haché
Jeudi 17 décembre	Chou blanc vinaigrette	Salade de pois chiche	Menu 1 Potage Tourangelle Salade verte Jambon
	Steak haché de veau jus aux oignons	Boeuf braisé sauce moutarde	
	Spaghetti	Blettes persillées	
	Fromage sans sel	Yaourt nature	
	Purée de pommes et pruneaux	Ananas	Menu 2 Poulet
Vendredi 18 décembre	Pomelos et sucre	Salade de blé aux légumes	Menu 1 Velouté de potiron Salade verte Poulet
	Pavé merlu sauce champignons	Aiguillettes de poulet	
	Haricots verts	Purée de pommes de terre	
	Petit Suisse	Fromage sans sel	
	Pêches au sirop	Pomme	Menu 2 Steak haché
Samedi 19 décembre	Boullgour, tomate et poivron	Macédoine	Menu 1 Potage cultivateur Salade verte
	Boulettes de mouton sauce tomate basilic	Dés de poisson et citron	
	Duo de carottes orange et jaune	Riz	
	Fromage blanc nature	Fromage sans sel	
	Raisin blanc	Mousse au café	Menu 2
Dimanche 20 décembre	Salade de haricots beurre à l'échalote	Brisure de chou fleur	Menu 1 Soupe à l'oignon Salade verte
	Sauté de bœuf	Poule au pot	
	Pommes de terre boulangères	-	
	Fromage sans sel	Petit suisse	
	Choux à la crème	Choux à la crème	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 correspondant.



Semaine	Du	21 décembre 2020	27 décembre 2020
52	MENU 1	MENU 2	Choix
Lundi 21 décembre	Salade de pâtes Aiguillettes de poulet sauce au curry Purée de brocolis et pommes de terre Fromage sans sel Crème dessert au caramel	Poivrons à la niçoise Rôti de porc Haricots blancs persillés Yaourt nature Orange	Menu 1 Potage de Tomate Salade verte Jambon Menu 2 Poulet
Mardi 22 décembre	Chou blanc et raisins secs Hoki citron persillé Blé Fromage sans sel Compote de pommes et bananes allégée en sucre	Salade de betteraves Sauté de dinde façon fermière Poêlée champêtre Fromage sans sel Compote de pommes et bananes allégée en sucre	Menu 1 Potage Haricots verts Salade verte Steak haché Menu 2 Jambon
Mercredi 23 décembre	Salade de riz composée Pavé de colin sauce fines herbes Julienne de légumes Petit suisse Raisin blanc	Salade verte et croûtons Jambon sans sel Pomme de terre vapeur Petit suisse Raisin blanc	Menu 1 Potage Andalou Salade verte Poulet Menu 2 Steak haché
Jeudi 24 décembre	Poireaux vinaigrette Emincé de boeuf sauce poivrade Semoule Yaourt nature Banane	Salade de pois chiche Clafoutis de patates douces, pdt et mozzarella (PC) - Fromage sans sel Purée de pommes et fraises	Menu 1 Velouté de potiron aux noix Salade verte Jambon Menu 2 Poulet
Vendredi 25 décembre	Feuilleté de poisson Rôti de veau sauce aux girolles Haricots verts et pomme de terre Duchesse Fromage sans sel Pâtisserie de Noël	Pâté en croûte Filet de saumon sauce à l'oseille Haricots verts et pomme de terre Duchesse Fromage sans sel Pâtisserie de Noël	Menu 1 Potate Cultivateur Salade verte Poulet Menu 2 Steak haché
Samedi 26 décembre	Carottes râpées Quenelle sauce Nantua Macaronis Fromage sans sel Lacté saveur vanille	Fonds d'artichauts et betteraves Boulettes au mouton sauce marocaine Navets sautés Yaourt nature Kiwi	Menu 1 Potage de légumes variés Salade verte Menu 2
Dimanche 27 décembre	Salade du bocage (maïs,pdt,HV) Emincé de dinde sauce aurore Légumes potée (carotte,chou vert,PDT) Fromage blanc nature Pomme cuite et gelée de groseille	Salade de blé aux légumes Saumonette sauce bretonne Riz Fromage sans sel Pomme cuite et gelée de groseille	Menu 1 Velouté brocoli, poireaux 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.

LBR = Label Rouge



Semaine	Du	28 décembre 2020	03 janvier 2021
53			
	MENU 1	MENU 2	Choix
Lundi 28 décembre	Salade de lentilles Pavé de merlu et citron Chou fleur Petit Suisse Orange	Pomelos et sucre Sauté de bœuf façon cervesoise (carotte, jus de pomme, tomate) Petits pois Fromage sans sel Liégeois chocolat	Menu 1 Potage Crécy Salade verte Jambon Menu 2 Poulet
Mardi 29 décembre	Salade de betteraves Emincé de porc sauce moutarde à l'ancienne Haricots blancs Fromage sans sel Yaourt aromatisé (Fromagerie Maurice)	Salade de pois chiche Sauté de dinde sauce hongroise Carottes Fromage blanc nature Poire	Menu 1 Potage Andalous Salade verte Poulet Menu 2 Steak haché
Mercredi 30 décembre	Salade mexicaine Omelette sauce tomate Semoule Yaourt nature Banane	Salade verte vinaigrette Colin d'Alaska Ratatouille à la niçoise Fromage sans sel Cocktail de fruits	Menu 1 Potage Choisy Salade verte Jambon Menu 2 Steak haché
Jeudi 31 décembre	Emincé de chou rouge Bolognaise Penne rigate Petit suisse Ananas	Salade d'endive et croûtons Jambon sans sel Navets braisés Fromage sans sel Ile flottante	Menu 1 Potage Cultivateur Salade verte Steak haché Menu 2 Poulet
Vendredi 01 janvier	Mousse de canard et cornichons Filet de Saint Pierre et sauce crème ciboulette Poêlée légumes racines (Rutabaga, céleri-rave, carotte) et Riz Fromage sans sel Pâtisserie du Jour de l'An	Terrine de chevreuil et cornichons Emincé de bœuf aux pruneaux Poêlée légumes racines (Rutabaga, céleri-rave, carotte) et Riz Fromage sans sel Pâtisserie du Jour de l'An	Menu 1 Velouté Dubarry Salade verte Poulet Menu 2 Jambon
Samedi 02 janvier	Poivrons à la niçoise Aiguillettes de poulet Sauce paprika au persil Haricots verts Fromage sans sel Compote de pommes et fraises allégée en sucre	Brisures de chou fleur Quenelle sauce forestière Pommes de terre boulangères Fromage blanc nature Banane	Menu 1 Potage de légumes variés Salade verte Menu 2
Dimanche 03 janvier	Carottes râpées Bœuf braisé sauce bery Tagliatelles Fromage sans sel Tarte normande	Boullgour, concombre et tomate Dés de poisson sauce basilic Choux de bruxelles Petit Suisse Tarte normande	Menu 1 Potage Tourangelle Salade verte Menu 2

