



MENUS DU 03/01/2022 AU 07/01/2022

Ces menus ont été
réalisés en collaboration
avec une diététicienne.

	Lundi 03/01/2022	Mardi 04/01/2022	Mercredi 05/01/2022	Jeudi 06/01/2022	Vendredi 07/01/2022
Entrée		Mâche aux croûtons (circuit-court)			
Plat	Beaufilet de colin au citron vert(circ.court) Filet de dinde roti au jus(circuit-court)	Gratin de crozet à la courge(plat complet) Crozets au jambon* (plat complet)		Roti de boeuf à la moutarde de Dijon Nugget's de blé (circuit-court)	Dos de colin MSC au beurre blanc(c-court)
Accompagnement	Haricot beurre persillé Polenta crémeuse			Carottes Flageolets	Pomme de terre vapeur(circuit-court) Flan de potiron (circuit-court)
Laitage	Yaourt nature nova	Fromage blanc sucré		Yaourt aromatisé danone	Fraidou
Dessert	Pomme (circuit-court) bio	Compote de pommes et de fraises		Galette des rois (circuit-court)	Clémentine

* = Plat avec du porc



MENUS DU 10/01/2022 AU 14/01/2022

Ces menus ont été
réalisés en collaboration
avec une diététicienne.

	Lundi 10/01/2022	Mardi 11/01/2022	Mercredi 12/01/2022	Jeudi 13/01/2022	Vendredi 14/01/2022
Entrée					
Plat	Cordon bleu de volaille(circuit-court) Haché de cabillaud à l'oseille(circuit-court)	Emincé de boeuf sce barbecue(circuit-court) Pané sarrasin/lentilles aux poireaux (circ-court)		Filet de lieu MSC à la sicilienne(c-c)	Croque au fromage (circuit-court)
Accompagnement	Pates papillons Haricots verts en persillade	Gratin de potiron (circuit-court) Blé au beurre		Epinards Purée de pomme de terre(circuit-court)	Petits pois au jus Salsifis à la napolitaine
Laitage	Coulommiers à la coupe	Yaourt panier fruits mixés		Petit nova aromatisé	Brie à la coupe
Dessert	Kiwi	Lunette de Romans à la fraise(c-c)		Ananas au sirop	Crème dessert vanille

* = Plat avec du porc



MENUS DU 17/01/2022 AU 21/01/2022

Ces menus ont été
réalisés en collaboration
avec une diététicienne.

	Lundi 17/01/2022	Mardi 18/01/2022	Mercredi 19/01/2022	Jeudi 20/01/2022	Vendredi 21/01/2022
Entrée					Salade de perles aux 3 couleurs
Plat	Tortilla galette sauce sicilienne Effilochée de poulet aux épices(circuit-court)	Pané moelleux au gouda Saucisses* grillées (circuit-court)		Sauté de boeuf marengo (circuit-court) Moules à la crème	Tarte au fromage
Accompagnement	Gratin de brocolis Pennes	Lingots sauce tomate Carottes		Riz Haricot beurre	Salade verte (circuit-court)
Laitage	Danone nature	Samos		Petit nova aromatisé	Carré frais
Dessert	Orange	Salade de fruits crus et cuits		Clémentine	Flan au chocolat

* = Plat avec du porc



MENUS DU 24/01/2022 AU 28/01/2022

Ces menus ont été réalisés en collaboration avec une diététicienne.

	Lundi 24/01/2022	Mardi 25/01/2022	Mercredi 26/01/2022	Jeudi 27/01/2022	Vendredi 28/01/2022
Entrée					Salade verte(c-c) vinaigrette au miel
Plat	Beaufilet de colin sauce aïoli (circuit-court)	Poisson pané (circuit-court)		Quenelle nature sauce tomate(circuit-court)	Couscous poulet et merguez Couscous au poisson MSC
Accompagnement	Pommes sautées Champignons à la crème d'ail	Chou-fleur en gratin Petits pois au jus		Epinards Torsades	Semoule bio
Laitage	Yaourt fermier Désiris à la fraise (circ-court)	Rouy à la coupe		Velouté fruix	Buchette mélange à la coupe
Dessert	Clémentine	Roulé chocobar (circuit-court)		Kiwi	Biscuit aux amandes effilées

* = Plat avec du porc