



Mars 2021

Menus

des résidences et du portage à domicile

Les repas livrés par la cuisine centrale sont à consommer le jour indiqué par cette plaquette et ne doivent pas être congelés par l'utilisateur

* Les plats susceptibles de contenir de la viande de porc sont indiqués par des astérisques rouges

	Lundi 1 ^{er}	Mardi 2	Mercredi 3	Jeudi 4	Vendredi 5	Samedi 6	Dimanche 7	Lundi 8
Midi	Salade de perles légumières Sauté d'agneau sauce Yassa Garniture de légumes Port Salut® Fruit bio	Salade de chou comté et jambon* Sauté de lapin aux citrons confits Purée de pommes de terre Brie Macaron cœur coulant au chocolat	Andouille* et beurre Paëlla au poulet Riz bio Saint-Nectaire AOP Fruit	Salade de carottes râpées Sauté de veau sauce forestière Gnocchis Rouy® Fruit bio	Salade de concombres vinaigrette Pavé d'omble chevalier Sauce crème Haricots beurre à la provençale Saint Agur® Semoule au lait nature bio	Pamplemousse sauce cocktail au surimi et crevettes Foie de veau à l'ail et au persil et moutarde Tagliatelles aux champignons Mini roitelet® Millefeuille	Accras de morue Saumonette sauce aux câpres Poireaux à la crème Saint Albray® Fruit bio	Salade de cœurs de palmiers Boulettes de bœuf à la sauce tomate Penne rigate Mimolette bio Fruit
Soir	Quinoa aux petits oignons et cumin Yaourt à la confiture de framboise Tiramisu	Velouté poireaux et pommes de terre Fromage frais aromatisé Fruit bio	Crosnes Gervita fraise melba® Dattes sèches	Endives cuites au jambon* Petits suisses Crème dessert au chocolat	Dahl de lentilles corail Spécialité laitière au citron Fruit bio	Soupe veloutée de potiron et crème fraîche Produit laitier Fruit	Céréales méditerranéennes Produit laitier Dessert	Soupe de vermicelle au bouillon de poule Yaourt au lait de chèvre bio Pomme cuite au caramel
	Mardi 9	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12	Samedi 13	Dimanche 14	Lundi 15	Mardi 16
Midi	Salade coleslaw Filet de merlu sauce citronnée Petit pois et carottes Port Salut® Yaourt bio à la myrtille	Salade Marco Polo Rôti de porc LR* au jus et moutarde Purée d'épinards Camembert bio Fruit de proximité	Rillettes de saumon Sauté d'agneau Sauce au curry Boulgour Gouda bio Fruit	Salade de radis mais et tomates Omelette nature bio Mélange de légumes bio Roucoupons® Tarte au citron	Salade verte Assiette de charcuteries* Pommes de terre en robe des champs Chamois d'or® Fruit	Tartare de courgettes Truite aux amandes Riz bio Rouy® Lingot aux pommes et amandes	Champignons à la grecque Filet de cabillaud sauce crétoise Penne aux légumes Cantal AOP Fruit bio	Pamplemousse Sauté de poulet façon makhani Petit pois BIO Mini chavroux® Crème dessert pralinée
Soir	Pommes de terre rondes Crème brûlée Fruit	Conchiglias aux légumes du soleil Petits fromages frais aromatisés bio Chamonix®	Soupe moulinée à la tomate et oignons BIO Yaourt fondant au cacao bio Compote pommes abricots	Pommes de terre wedges Yaourt bio local à la framboise Poires conventionnelles	Poêlée de choux verts au lard* Produit laitier Dessert	poêlée de topinambours panais et carottes ou mélange de légumes BIO Produit laitier Fruit	Soupe veloutée de 12 légumes et fromage frais Yaourt nature au lait de chèvre Chucky brownie®	Riz bio aux fruits de mer Yaourt nature à la grecque Fruit bio
	Mercredi 17	Jeudi 18	Vendredi 19	Samedi 20	Dimanche 21	Lundi 22	Mardi 23	Mercredi 24
Midi	Radis beurre Hachi Parmentier à la courge butternut Roquefort AOP Tarte crumble poire chocolat	Maquereau à la moutarde Sauté de porc BBC* sauce aux petits oignons Pommes de terre rondes Petit moulu nature® Fruit	Rillettes de porc* et cornichons Rôti de veau sauce normande Riz bio à la fondue de poireaux Pont l'évêque AOP Fruit bio	Salade de tomates et cœurs d'artichauts Moules marinières Frites Overnat® Tartelette abricot	Salade de lentilles bio à l'échalote Côtelettes d'agneau grillées Poêlée de légumes du soleil au pesto! Saint Moret® Fruit	Salade tartare de tomates Sauté de bœuf aux 4 épices Gnocchis Brie bio Fruit de proximité	Asperges vinaigrette OU macedoine de légumes et mayonnaise Boudin noir* aux pommes et moutarde Purée de pommes de terre Cousterson bio Fruit	Salade de pommes de terre et hareng fumé Poulet grillé aux herbes Poêlée d'artichauts et carottes bio Tome noire Fruit
Soir	Choux de bruxelles au lard Mousse caramel au beurre salé Fruit bio	Velouté poireaux et pommes de terre Faisselle Chamonix®	Clafoutis courgettes Chèvre Crème brûlée Compote pomme cassis	Soupe veloutée aux 8 légumes et crème fraîche Produit laitier Fruit	Semoule à la tomate épicée Produit laitier Dessert	Soupe moulinée à la tomate et oignons BIO Yaourt bio local à la fraise Crème dessert au café	Blettes au jus Yaourt aromatisé à la Poire BIO Purée de pomme BIO	Pizza au fromage Yaourt nature au lait de chèvre bio Maronsuis®
	Jeudi 25	Vendredi 26	Samedi 27	Dimanche 28	Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 31	 
Midi	Salade de carottes râpées aux raisins secs Sauté de dinde à la crème Haricots verts bio Rondelé aux noix Baba au rhum	Salade de chou comté et jambon* Filet de poisson meunière et citron Jeunes carottes à la coriandre Mini Leerdamer® Crème dessert à la vanille bio	Salade de tomates et mozzarella au basilic Truite grillée aux tomates, citron et thym Pommes de terre en robe des champs et beurre ou potatoes de terre noisettes Saint Agur® Tarte tatin aux pommes	Salade de pommes de terre, tomates et olives Moussaka de bœuf Salade verte Mini buchette de chèvre Fruit bio	Rosette* et beurre Pilons de poulet tandoori et moutarde Pommes de terre wedges Brie Fruit bio	Salade verte vinaigrette Filet de merlu et citron Riz pilaf ou colin gratiné au fromage Camembert Banane	Douceur aux champignons Emincé de poulet à la dijonnaise Poêlée de légumes Tome blanche Orange	
Soir	Riz bio Yaourt nature bulgare Fruit de proximité	Pommes de terre sarladaises Spécialité laitière au citron Fruit	Soupe veloutée au potiron et crème fraîche Produit laitier Fruit	Quinoa bio aux oignons et cumin Produit laitier Dessert	Soupe veloutée de poireaux et pommes de terre Crème dessert au caramel Langues de chat au chocolat	Petits pois au jus Fromage blanc ou fromage blanc BIO et sucre Madeleine ou moelleux au citron	Gratin de macaronis au bœuf et basilic Yaourt nature et sucre Paris-Brest	

Tous les fruits sont à laver avant consommation

La cuisine centrale n'est pas en mesure de garantir l'absence totale des différents allergènes réglementaires dans sa prestation (possibilité de traces omniprésente)

Tout changement reste possible en fonction des arrivages

Avril 2021

Menus

des résidences et du portage à domicile

Les repas livrés par la cuisine centrale sont à consommer le jour indiqué par cette plaquette et ne doivent pas être congelés par l'utilisateur

* Les plats susceptibles de contenir de la viande de porc sont indiqués par des astérisques rouges

	Jeu 1 ^{er}	Vend 2	Samedi 3	Dimanche 4	Lundi 5 (Pâques)	Mardi 6	Mercredi 7	Jeu 8
Midi	Céleri rémoulade Saucisse de francfort* Lentilles cuisinées Petit moulé nature Mousse au café	Saucisson à l'ail* et cornichon Burger de veau sauce printanière Riz créole Yaourt nature et sucre Poire Sennevière de proximité	Salade de pommes de terre à l'échalote Escalope de volaille viennoise Poireaux à la béchamel Camembert Mousse au chocolat	Carottes râpées à l'orange Sauté d'agneau au navarin Flageolets à l'ail Edam Cake épeautre au citron	Betteraves vinaigrette Tortis à la bolognaise Fromage frais au sel de Guérande Purée de pommes des vergers à la cannelle	Mousse de canard Hachi Parmentier de bœuf Salade verte Petit Soignon® Flan Pâtissier	Taboulé à l'orientale Filet de dorade Sauce crème aneth Poêlée espña Coulommiers Fruit	Salade de carottes râpées aux raisins secs Rôti de veau au jus Brocolis Roquefort AOP Abricots rôtis au miel et pistaches
Soir	Chou de Bruxelles Mimolette Banane	Petits pois Contadin®, brie ou Rondelés aux noix® Tapioca au citron	Cake moelleux (seigle, navets et curcuma) Fromage blanc nature et sucre Purée de pomme des vergers et raisins secs	Coquillettes Brie ou gouda Pomme Sennevières de proximité	Carottes vichy Yaourt nature et sucre Orange	Haricots beurre à la provençale Yaourt bio local nature Fruit de proximité	Conchiglies aux petits légumes Spécialité laitière à la noix de coco Barre de céréales aux pommes	Quinoa bio aux épices Yaourt bio à la vanille Fruit de proximité
	Vend 9	Samedi 10	Dimanche 11	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeu 15	Vend 16
Midi	Avocat mayonnaise Aile de raie sauce oseille Pommes de terre rondes Mimolette bio Compote pomme poire	Salade piémontaise Râble de lapin aux tomates confites Choux de Bruxelles P'tit Gru® Fruit	Salade de tomates au basilic Filet mignon de porc* à la moutarde à l'ancienne Lentilles vertes bio Mini Chavroux® Lingot créole	Rosette* et cornichons Colombo de poulet Cancoillotte à l'ail Gâteau nid d'abeille	Salade verte et tartare de tomates Filet de cabillaud sauce crème Petits pois et carottes bio Brin d'affinois® Crème brûlée	Tartare de courgettes à l'indienne Osso bucco de veau Nouilles Camembert Fruit bio	Salade coleslaw Navarin d'agneau Jardinière de légumes Fourme d'Ambert AOP Terrine de pommes caramélisées à la normande	Rillettes de saumon Jambon grillé* et moutarde Haricots blancs Tome noire Fruit
Soir	Flan de courgettes au fromage de chèvre Petits suisses nature Fruit	Purée de patate douce Produit laitier Dessert	Coeurs de céleri au jus Produit laitier Fruit	Conchiglies aux tomates confites et pignons de pin Liégeois vanille caramel Fruit bio	Blé bio aux petits légumes Fromage blanc nature Fruit bio	Endives cuites Yaourt au lait de brebis bio Gélifié au chocolat	Tarte aux épinards et chèvre frais Faisselle Fruit bio	Poêlée de fenouil Fromage frais aromatisé Fondant moelleux tout chocolat
	Samedi 17	Dimanche 18	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24
Midi	Salade d'agrumes au miel Gratin de pommes de terre au reblochon* Salade verte Rondelé nature Cheesecake rocky Tofee®	Fonds d'artichauts Filet de dorade sauce citronnée Blettes Chanteneige® Fruit	Salade de tomate et basilic Filet de saumon sauce oseille Tagliatelles Camembert bio Poire au vin	Chorizo* et beurre Lasagnes de bœuf Salade verte Cantal AOP Fruit	Salade de concombres à la crème Escalope de porc* grillée aux herbes et moutarde Purée de carottes Roquefort AOP Tarte à l'ananas	Salade macédoine mayonnaise Sauté de bœuf sauce forestière Pommes de terre grenailles Saint-Nectaire AOP Fruit de proximité	Salade de carottes râpées aux pommes Raisins secs et curry Saucisses de Toulouse* et moutarde Purée de pois cassés Rouy® Fruit	Feuilleté au fromage Filet de cabillaud sauce au citron vert Courgettes bio Saint-Albray® Fruit de proximité
Soir	Crosnes Produit laitier Fruit	Riz bio aux champignons à la crème Produit laitier Dessert	Navets et carottes bio Gervita fraise melba® Fruit de proximité	Poêlée d'artichauts et tomates confites Semoule au lait bio Purée de pomme bio	Fèves à la menthe Yaourt bio aromatisé à la poire Fruit	Tomates à la provençale Crème dessert à la vanille bio Gâteau moelleux au citron	Poêlée de panais Crème dessert au chocolat Pomme cuite au caramel	Riz bio cantonnais aux crevettes Produit laitier Dessert
	Dimanche 25	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeu 29	Vendredi 30	<p><i>Bon appétit!</i></p> <p>Grand Paris sudest avenir</p>	
Midi	Salade grecque à l'huile d'olive Ragoût de mouton flageolet Pont l'évêque AOP Far aux pruneaux	Salade de perles légumières Sauté de porc* BBC aux lardons* et oignons Brocolis Mini Leerdamer® Fruit bio	Trio de légumes marinés Sauté de veau à la mexicaine Riz bio Coulommiers Fruit	Saucisson* à l'ail et beurre Boulettes de bœuf bio à la tomate Haricots verts bio Montcendré Fruit bio	Salade de tomates et concombres Filet de dorade sauce basilic Serpentinis Cancoillotte nature Tarte aux myrtilles	Sardine et citron Assiette de charcuteries* et beurre Pommes de terre en robe des champs Ortolan® Fruit		
Soir	Ratatouille Produit laitier Fruit	Pommes de terre rissolées Fromage frais aromatisé Abricots secs	Asperges vertes grillées Fromage frais aromatisé Brioche perdue	Lentilles noires aux épices Ile flottante Sablé de Retz	Mélange de légumes bio Crème dessert au chocolat Fruit bio	Jeunes carottes à l'ail et au persil Yaourt nature Abricots rôtis au romarin		

Tous les fruits sont à laver avant consommation

La cuisine centrale n'est pas en mesure de garantir l'absence totale des différents allergènes réglementaires dans sa prestation (possibilité de traces omniprésente)

Tout changement reste possible en fonction des arrivages