



Juillet 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} | Ven 2 | Sa 3 | Dim 4 | Lun 5 | Mardi 6 | Mer 7 | Jeu 8 | |
|------|---|---|--|---|---|---|--|--|--|
| Midi | Radis et beurre Filet de merlu sauce citronnée Blé Bio Emmental Bio Fruit | Pastèque Pilons de poulet sauce tandoori Petits pois Bio Chamois d'or [®] Semoule au lait nappée caramel | Tartare de courgettes à l'indienne Lasagnes de bœuf Salade verte Rouy [®] Moelleux au citron | Salade de lentilles à la lyonnaise* Saumonette sauce aux câpres Haricots verts Rondelle aux noix [®] Fruit | Salade brésilienne Merguez et moutarde Frites Abondance AOP Fruit | Rillettes de porc* et cornichons Rôti de veau et moutarde Carottes râpées Saint Albray [®] Fruit | Salade de perles légumières Omelette nature Bio Ratatouille Rouy [®] Tartelette crumble pomme myrtilles | Salade de tomates et maïs Suprême de poisson blanc meunière et citron Riz Bio aux épinards et à la crème Bleuet des prairies Fruit | |
| Soir | Salade coleslaw aux raisins secs Yaourt à la grecque et sucre Abricots rôtis au romarin | Pommes de terre wedges Yaourt Bio local à la fraise Compote pomme vanille | Trio de légumes grillés Produit laitier Fruit | Patates douces rôties aux épices Produit laitier Dessert | Côtes de blettes gratinées Yaourt BIO local à la fraise Pêche au sirop | Pommes de terre en robe des champs et crème ciboulette Petits fromages frais au chocolat Abricots secs | Dhal de lentilles corail Crème dessert au chocolat Fruit | Endives cuites au jambon* Yaourt à la grecque Pomme cuite au caramel | |
| | Ven 9 | Sa 10 | Dim 11 | Lun 12 | Mardi 13 | Mer 14 (Fête nationale) | Jeu 15 | Ven 16 | |
| Midi | Salade coleslaw Boulettes de bœuf Bio à la sauce tomate Spaghettis Mini roitelet [®] Fruit | Salade de courgettes, dés de fromage de brebis et olives Parmentier de canard Salade verte Petit moulé nature [®] Charlotte aux fruits rouge et à la vanille | Jambon sec* et beurre Filet d'églefin au beurre blanc Brocolis Six de Savoie [®] Fruit | Salade verte Ribs de porc* et moutarde Pommes de terre wedges Cantal jeune AOP Fruit Bio | Pastèque Filet de rouget grillé et citron Haricots plats à l'ail Pont l'évêque AOP Riz au lait nature | Salade de tomates Assiette de charcuterie* Pommes de terre en robe des champs et beurre Saint Albray [®] Tarte aux cerises | Taboulé à l'orientale Tajine de veau aux pois chiches Bio Pommes de terre persillées Caprice des dieux [®] Fruit Bio | Bouchées de courgettes à la menthe et fromage frais Moussaka de bœuf Salade verte Mimolette Fruit | |
| Soir | Fenouil braisé Yaourt aromatisé Compote pomme fraise | Tomate à la provençale Produit laitier Fruit | Gratin de pommes de terre Produit laitier Dessert | Salade de tomates Bio et œuf dur Yaourt au lait de brebis Bio Compote pomme passion | Tagliatelles à la crème, parmesan et basilic Crème dessert au café Fruit Bio | Salade coleslaw aux raisins secs Gervita fraise melba [®] Fruit | Fenouil au jus citronné Fromage frais aromatisé Pêche rôtie au miel | Salade de lentilles et échalotes Faisselle Abricots secs | |
| | Sa 17 | Dim 18 | Lun 19 | Mardi 20 | Mer 21 | Jeu 22 | Ven 23 | Sa 24 | |
| Midi | Chorizo* et cornichons Emincé de bœuf sauté aux petits oignons Poêlée de légumes du soleil Mini roitelet [®] Fruit | Salade de courgettes aux dés de fromage de brebis et olives noires Filet de merlu sauce aux câpres Poireaux à la crème Carré frais [®] Crumble rhubarbe et compotée de fraises | Samoussas au poulet Filet de saumon au thym et citron grillé Purée de pommes de terre Cousterson [®] Bio Fruit | Avocat mayonnaise Escalope de porc* grillée et moutarde Polenta gratinée à la tomate Pavé d'Affinois brebis [®] Macaron au cœur coulant au caramel | Salade de tomate Bio au basilic Chili con carne Riz Bio Brie Bio Fruit | Salade grecque Langue de bœuf sauce piquante Penne rigate Emmental Bio Tarte aux cerises | Radis beurre Sauté d'agneau aux olives Serpentinis aux petits légumes Cancaillette nature Fruit | Salade de pâtes Marco Polo Filet mignon de porc* à la moutarde à l'ancienne Pommes de terre grenaille Bouchon fromager au chèvre Fruit | |
| Soir | Petits pois à la menthe Produit laitier Dessert | Quiche au fromage de chèvre et tomate Produit laitier Fruit | Tomate Bio à la provençale Yaourt coco Quatre-quarts | Salade de carottes râpées aux dés d'emmental Yaourt nature et sucre Fruit | Asperges vertes grillées Flan Bio à la vanille nappé au caramel Banane antillaise | Gaspacho Petits fromages frais natures Bio Fruit | Tarte épinards et chèvre Yaourt Bio local à la framboise Tiramisu | Salade de légumes marinés à l'italienne Produit laitier Dessert | |
| | Dim 25 | Lun 26 | Mardi 27 | Mer 28 | Jeu 29 | Ven 30 | Sa 31 |   | |
| Midi | Tartare de tomates et œuf Pavé d'omble chevalier sauce oseille Boullgour Saint Môret [®] Lingot créole | Samoussas de légumes Sauté de poulet façon makhani Riz Bio Tome noire Fruit | Pastèque Sauté de bœuf à la provençale Gratin de courgettes et pommes de terre Camembert Moelleux à l'ananas caramélisé | Salade de pommes de terre à la provençale Œuf dur Bio Salade coleslaw Brie Fruit Bio | Melon Rôti de dinde au jus Ratatouille P'tit gru [®] Semoule au lait nappée au caramel | Salade d'avocat, tomate Bio et citron Penne rigate sauce arrabiata Tome noire Tarte abricots | Tartare de courgettes à l'indienne Ribs de porc* et moutarde Pommes de terre wedges Saint Albray [®] Tarte aux framboises | | |
| Soir | Salade d'artichauts et tomate Produit laitier Fruit | Petits légumes du soleil Yaourt au lait de chèvre Bio Gaufre liégeoise | Salsifis à la crème Ile flottante Fruit Bio | Purée de pommes de terre Crème dessert au chocolat Compote pomme fraise | Quinoa Bio aux épices Fjord [®] et sucre Fruit Bio | Asperges vertes grillées Gervita fraise melba [®] Fruit Bio | Poêlée de légumes du soleil Produit laitier Fruit | | |

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

Août 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

| | Dimanche 1 ^{er} | Lundi 2 | Mardi 3 | Mercredi 4 | Jeudi 5 | Vendredi 6 | Samedi 7 | Dimanche 8 |
|------|--|---|--|--|--|---|---|---|
| Midi | Andouille* et beurre Aile de raie sauce au beurre blanc Riz Bio Cancoillotte nature Fruit | Pastèque Jambon grillé de porc* et moutarde Mogettes Port salut® Abricot rôti aux pistaches | Rillettes de saumon Emincé de poulet sauce au curry Courgettes Camembert Bio Fruit | Samoussas au poulet Daube de bœuf à la provençale Haricots verts Emmental Fruit | Museau de bœuf à la lyonnaise Croque-monsieur de porc* Salade verte Gouda Bio Fruit | Salade de carottes râpées Bio au maïs Filet de saumon grillé au citron Tomates Bio à la provençale Carré frais® Bio Cheesecake new-yorkais à la myrtille | Betteraves vinaigrette Lasagnes bolognaises Salade verte Rouy® Fruit | Salade de concombres aux dés de fromage de brebis Calamars au chorizo* Riz Bio Brin d'affinois® Tartelette crumble pomme myrtilles |
| Soir | Jeunes carottes à l'ail et au persil Produit laitier Dessert | Aubergines grillées Yaourt Bio local sucré Fruit | Salade piémontaise Fromage blanc nature Bio Brioche perdue | Fenouil rôti à l'orange Riz au lait nature Bio Abricots secs | Salade de pois chiches aux oignons rouges et tomates Yaourt nature Bio Pruneaux au sirop | Lentilles beluga aux épices Yaourt brebis à la châtaigne Fruit | Petits pois à la française Produit laitier Dessert | Brocolis Produit laitier Fruit |
| | Lundi 9 | Mardi 10 | Mercredi 11 | Jeudi 12 | Vendredi 13 | Samedi 14 | Dimanche 15 (Assomption) | Lundi 16 |
| Midi | Salade de tomates Bio Pilons de poulet rôtis tandoori et moutarde Salade de pâte Marco Polo Langres AOP Fruit | Gaspacho Filet de cabillaud à l'aneth et citron Blé Cantal jeune AOP Tarte tatin | Salade de cœurs d'artichauts Coq au vin* Pommes de terre persillées Mini roitelet® Riz au lait nappé au caramel | Salade piémontaise Rôti de veau au jus et moutarde Ratouille Saint nectaire AOP Fruit Bio | Salade de pommes de terre, cœurs de palmiers et tomate Sauté de poulet au citron et olives vertes Jeunes carottes à la coriandre Saint Agur® Fruit | Melon vert Carré de porc* au miel Frites Saint Albray® Compote pomme vanillée | Salade de courgettes aux dés de fromage de brebis et olives noires Truite aromatisée au thym, citron et huile d'olive Tomates Bio à la provençale Saint Paulin Tarte aux mirabelles de lorraine | Salade coleslaw Merguez de bœuf et moutarde Gratin de pommes de terre Camembert Crème brûlée |
| Soir | Poêlée de légumes du soleil au pesto Crème dessert vanille Pêche cuite au coulis de framboise | Poireaux à la crème Ile flottante Abricots Bio | Tarte à la tomate, fromage de chèvre et basilic Yaourt nature Fruit Bio | Riz Bio Yaourt Bio entier à la myrtille Compote pomme cassis | Dahl de lentilles corail Yaourt Bio local à la vanille Poire au sirop | Salade de tomates Bio et concombres Produit laitier Dessert | Purée de pommes de terre Produit laitier Fruit | Aubergines grillées Yaourt Bio local à la framboise Fruit |
| | Mardi 17 | Mercredi 18 | Jeudi 19 | Vendredi 20 | Samedi 21 | Dimanche 22 | Lundi 23 | Mardi 24 |
| Midi | Salade de blé à la provençale Rôti de porc* LR et mayonnaise Salade de haricots verts aux échalotes Gouda Bio Fruit | Rillettes de porc* et cornichons Tajine d'agneau aux pois chiches Bio Gratin de brocolis et pommes de terre Carré frais® Bio Fruit | Salade verte Moules marinières Frites Cancoillotte nature Tarte aux mirabelles | Carottes râpées aux dés d'emmental Tomates farcies Riz Bio P'tit Gru® Poire au sirop | Pamplemousse sauce cocktail de surimi et crevettes Filet de rouget grillé Poêlée de fenouils et carottes Bio Mini roitelet® Tiramisu | Feuilleté au fromage Merguez Penne rigate Caprice des dieux® Nectarine rôtie au romarin | Salade de penne au gaspacho Filet de saumon grillé à l'aneth et tomates Mélange de légumes Bio Saint Albray® Fruit | Rosette* et cornichon Boulettes de bœuf Bio à la sauce tomate basilic Tagliatelles Port salut® Fruit Bio |
| Soir | Fèves et basilic au parmesan Faisselle Chamonix® | Salade de perles légumières Dessert fondant au cacao Bio Poire pochée au vin | Flan de courgettes Gervita fraise melba® Fruit | Petits pois Bio Fromage blanc nature Bio et gelée de groseille Fruit | Quinoa aux petits oignons et cumin Produit laitier Fruit | Asperges grillées Produit laitier Dessert | Salade de lentilles Bio à l'échalotte Yaourt saveur d'autrefois à la crème de marrons Brioche perdue | Haricots verts Bio Yaourt à la confiture de framboise Gaufre liégeoise |
| | Mercredi 25 | Jeudi 26 | Vendredi 27 | Samedi 28 | Dimanche 29 | Lundi 30 | Mardi 31 | |
| Midi | Salade grecque Colombo de poulet P'tit gru® Tarte au chocolat | Salade de tomates Bio Rôti de veau et moutarde Salade de crudités douceurs Camembert Fruit Bio | Salade de concombres vinaigrette Chili con carne Mini bûchette de chèvre Ile flottante | Salade parisienne* Filet de cabillaud sauce caraïbes Quinoa Bio Mini roitelet® Baba au rhum | Salade d'edamame, tomate, concombre et oignons rouges Osso bucco de veau Penne rigate Entremont® Fruit Bio | Melon et jambon sec* Brochette mix grill* et moutarde Poêlée de légumes Española Emmental Bio Pêche au romarin | Céleri rémoulade Salade de pommes de terre au thon Saint nectaire AOP Gâteau de semoule au perlé orange | |
| Soir | Pizza au thon Spécialité laitière au citron Fruit | Gratin de courgettes et pommes de terre Yaourt velouté aux fruits Quatre-quarts | Trio de légumes grillés Fromage frais Fruit Bio | Poêlée d'artichauts aux tomates confites et pignons de pin Produit laitier Fruit | Ratouille Produit laitier Dessert | Tagliatelles aux champignons Yaourt velouté nature Fruit | Clafoutis à la courgette et au chèvre Yaourt Bio local à la fraise Fruit | |

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

Bon appétit!

Grand Paris
sudest
avenir