


Novembre 2022

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

	Mardi 1 ^{er}	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4	Samedi 5	Dimanche 6	Lundi 7	Mardi 8
Midi	Salade de betteraves Aiguillettes de canard à la framboise Haricots verts Overnat® Fruit bio	Macédoine légumes Joue de bœuf sauce charcutière Pommes de terre rondes Emmental Compote pomme locale	Salade Caesar sans viande Tomate farcie Riz bio Roquefort AOP Mousse au café	Pâté en croûte de volaille et cornichon Boulettes de bœuf bio à la sauce tomate Spaghettis Chamois d'or® Tarte au chocolat gourmand	Salade tartare de courgettes Cocktail de fruits de mer à la sauce safranée Riz bio Chanteneige® Abricots rôtis aux pistaches et au miel	Salade coleslaw Osso bucco de veau Macaronis P'tit gru® Macaron cœur coulant chocolat	Salade de betteraves vinaigrette Omelette BIO sauce basquaise Conchiglie aux petits légumes Camembert BIO Fruit de proximité	Salade de tomates Andouillette grillée et moutarde* Frites Abondance AOP Fruit BIO
Soir	Velouté de carottes Yaourt bio local à la fraise Chamonix®	Épinards à la crème Petit dessert lacté au chocolat Fruit bio	Choux de Bruxelles au lard et à la crème* Fromage frais nature et sucre Fruit bio	Velouté poireaux et pommes de terre Semoule au lait nature Fruit bio	Endives au jambon* Produit laitier Fruit	Aubergines grillées Produit laitier Fruit	Endives cuites Yaourt BIO aromatisé à la poire Semoule au lait BIO	Velouté de carottes Yaourt fondant au cacao BIO Cake marbré au chocolat
	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11	Samedi 12	Dimanche 13	Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16
Midi	Concombres à la crème Filet de cabillaud à la provençale Purée de brocolis pommes de terre Ortolan® BIO Poire cuite au caramel	Salade de carottes râpées Sauté de bœuf au curry Petits pois Mini roitelet® Forêt noire au kirsch	Terrine de lapin au calvados et cornichon Navarin d'agneau Jeunes carottes à la ciboulette Boursault® Flan pâtissier	Segments de pamplemousse sauce cocktail de crevettes Filet de rouget à l'huile d'olive Pommes de terre grenailles P'tit gru® Fruit	Salade de céleri pommes et emmental Rognons de bœuf sauce moutarde Chou-fleur BIO Roquefort AOP Tarte aux noix de pécan	Salade verte Filet de merlu à la sauce tomate Haricots beurre à l'ail Emmental Fruit BIO	Macédoine de légumes mayonnaise Sauté de dinde au curcuma Poêlée de légumes du marché Coulommiers BIO Fruit	Salade de chou rouge Blanquette de veau Riz BIO Saint albray® Fruit BIO
Soir	Duo de carottes et panais au lard* Yaourt BIO local à la framboise Fruit	Poêlée paysanne BIO Fromage blanc nature BIO et sucre Fruit de proximité	Velouté au poireaux et pommes de terre Faisselle BIO et sucre Fruit	Haricots plats à l'ail Produit laitier Dessert	Cubes de patates douces rôties aux épices Produit laitier Fruit	Soupe veloutée au potiron et crème fraîche Crème dessert à la vanille Compote pomme passion	Flageolets à la tomate Gervita fraise melba® Quatre-quarts	Épinards à la crème Yaourt velouté aux fruits Financier aux amandes
	Jeudi 17	Vendredi 18	Samedi 19	Dimanche 20	Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24
Midi	Pâté en croûte de cerf aux figues Pintade aux lardons* Purée de céleri pommes de terre Bleu Tarte ananas	Salade de pommes de terre à la provençale Sauté de poulet au citron et olives vertes Poêlée topinambour Brie Fruit BIO	Salade de tomates à l'espagnol Filet de dorade MSC sauce crème aneth Lentilles BIO Caprice des dieux® Tarte douceur caramel	Salade verte Cassoulet au confit de canard* Cancoillotte à l'ail Fruit BIO	Salade de riz niçoise Sauté de porc HVE au piment doux* Petits pois BIO Tome BIO Fruit	Salade verte Poulet rôti et moutarde Frites Bûche de chèvre BIO Fruit de proximité	Avocat mayonnaise Chili con carne Riz BIO Fromage blanc nature BIO Salade de fruits exotiques	Rillettes de porc et cornichon* Émincé de bœuf aux oignons caramélisés Haricots verts BIO Brie Tarte aux abricots
Soir	Velouté de légumes et tomates Fjord® et sucre Fruit BIO	Tagliatelles Yaourt à la confiture d'abricots Liégeois au café	Poêlée de carottes panais et pommes de terre au miel et épices Produit laitier Fruit	Soupe légumes verts Produit laitier Dessert	Chou romanesco Gélifié vanille Pêche au sirop	Velouté de carottes Yaourt fondant au cacao BIO Cake au citron	Asperges grillées Brebis crème® Crème brûlée	Velouté de poireaux et pommes de terre Yaourt brebis nature et sucre Fruit de proximité
	Vendredi 25	Samedi 26	Dimanche 27	Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	<p><i>Bon appétit!</i></p> 	
Midi	Feuilleté au fromage Filet de saumonette MSC sauce citronnée Choux fleurs en conver- sion BIO à la béchamel Saint Albray® Fruit	Crevettes MSC et mayonnaise Lasagnes de bœuf Salade verte Boursin ail et fines herbes® Fruit	Salade de courgettes au olives noires et dés de fromage de brebis Paupiette de carrelet sauce crétoise Poireaux à la crème Overnat® Éclair au café	Salade de chou rouge et dés de fromage Bœuf braisé à la flamande Haricots plats à l'ail Bleuet des prairies® Mousse au chocolat	Salade verte Petit salé et moutarde* Lentilles BIO Saint Nectaire AOP Fruit BIO	Salade endives aux pommes et noix Aile de raie sauce normande Semoule BIO et brocolis Camembert Île flottante		
Soir	Céréales méditerranéennes Yaourt BIO local à la fraise Sablé de Retz	Quiche lorraine* Produit laitier Dessert	Nouilles à la chinoise Produit laitier Fruit	Pommes de terre aux épices et à la tomate Spécialité laitière au citron Fruit BIO	Aubergines grillées Yaourt à la grecque et sucre Abricots rôtis au miel et pistache	Soupe veloutée au potiron et crème fraîche Petits suisses natures et sucre Fruit BIO		

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

Décembre 2022

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

	Jeudi 1 ^{er}	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4	Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8
Midi	Salade de haricots verts Assiette de charcuterie* Pomme de terre en robe des champs Saint Bricet® Fruit	Salade de crudités sauce chien Colombo de poulet Riz et légumes Spécialité laitière à la vanille Tarte à la noix de coco	Andouille et cornichons* Filet d'églefin sauce malthaise Linguine IGP Mini Chavroux® Fruit BIO	Salade d'edamame, concombres, tomates et oignons rouges Pot au feu Légumes et pommes de terre Fourme d'Ambert AOP Strudel aux pommes	Salade coleslaw Sauté de bœuf aux 4 épices Mélange de légumes BIO Tome BIO Riz au lait au caramel	Salade champignons parisienne Aiguillettes de poulet sauce citron Farfalles et ratatouille Pont l'évêque AOP Fruit	Salade maïs concombre Filet de merlu sauce crème Haricots plats Six de Savoie® Tarte à la passion meringuée	Salade de hareng et pommes de terre Langue de bœuf sauce charcutière Purée de potiron pommes de terre Chamois d'or® Fruit
Soir	Jeunes carottes à l'ail et au persil Yaourt velouté aux fruits Cake marbré au chocolat	Velouté poireaux et pommes de terre Yaourt BIO local à la framboise Fruit de proximité	Choux de Bruxelles au lard* Produit laitier Dessert	Cubes de patates douces aux épices Produit laitier Fruit	Quinoa BIO à la courgette Yaourt BIO aromatisé à la vanille Fruit BIO	Velouté de carottes Fromage frais nature BIO et sucre Cookie aux pépites de chocolat	Salsifis au jus Faisselle BIO et sucre Fruit de proximité	Poêlée de chou aux lardons* Petits suisses naturels et sucre Millefeuille
	Vendredi 9	Samedi 10	Dimanche 11	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16
Midi	Taboulé oriental Sauté de dinde sauce curry Petits pois BIO Saint Morêt® Fruit BIO	Salade de cœurs d'artichauts vinaigrette Trite aux amandes Chou romanesco Coulommiers Fruit de proximité	Salade verte Osso bucco de veau Tagliatelles Saint Albroy® Paris Brest	Sardine et beurre Sauté de veau à la forestière Flageolets Carré de l'est Fruit	Tartare de tomates Escalope de dinde et moutarde Riz BIO et carottes à la coriandre Mimolette Poire cuite au chocolat	Salade carottes râpées Bolognaise de bœuf Spaghettis Saint Nectaire AOP Fruit BIO	Crevettes MSC et citron Sauté de poulet sauce forestière Courgettes BIO au citron Six de Savoie® Fruit BIO	Betteraves aux noix Filet de saint pierre sauce au beurre blanc Haricots verts à l'ail Bûchette de chèvre Fruit BIO
Soir	Tarte aux épinards et chèvre frais Crème dessert pralinée Dattes sèches	Baguette gratinée lardons emmental* Produit laitier Dessert	Tomates à la provençale Produit laitier Fruit	Poêlée de fenouil à la tomate Yaourt à la confiture de cerises Savaroise chocolat®	Velouté de potiron Semoule au lait nappé au caramel Fruit BIO	Poêlée d'artichauts et tomates confites Fromage frais aromatisé Cake marbré au chocolat	Pommes dauphines Yaourt nature et sucre Crème dessert à la vanille	Tagliatelles au pesto Fjord® et sucre Quatre-quarts
	Samedi 17	Dimanche 18	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24
Midi	Salade de maïs au thon Aile de raie sauce câpres Tomates à la provençale Caprice des dieux® Fruit BIO	Salade de concombre au fromage frais Tendrons de veau aux olives Macaronis Cancailotte à l'ail Far aux pruneaux	Chorizo et cornichons* Rôti de veau sauce chèvre et miel Pommes de terre vapeur Tome noire IGP Fruit	Salade verte et dés d'emmental Filet de merlu sauce tomate Semoule BIO et brocolis Camembert BIO Flan nappé au caramel BIO	Salade tartare de courgettes Cassoulet confit de canard* Coulommiers Fruit BIO	Carottes râpées aux olives vertes Omelette au fromage BIO Haricots plats persillés Munster Fruit	Salade façon Caesar sans viande Poulet rôti aux herbes Patates douces aux épices Emmental BIO Fruit de proximité	Asperges vinaigrette Filet de dorade MSC sauce crème Riz BIO Mini roitelet® Fruit
Soir	Velouté de poireaux et pommes de terre Produit laitier Dessert	Quiche chèvre, tomates Mousse au caramel au beurre salé Fruit BIO	Blettes au jus Fromage frais nature et sucre Compote pomme poire	Velouté de potiron Yaourt nature brebis BIO et sucre Fruit BIO	Blé piperade Yaourt coco Gâteau moelleux au chocolat	Purée de céleri pommes de terre Yaourt BIO local nature et sucre Gaufre liégeoise	Velouté légumes tomates Gervita à la fraise® Fruit	Réveillon de Noël
	Dimanche 25	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30	Samedi 31	
Midi	Repas de Noël	Concombres à la crème Tajine d'agneau aux abricots Semoule BIO Port salut® Crème dessert pralinée	Segments de pamplemousse Sauté de poulet façon makhani Riz BIO Carré de l'est Fruit BIO	Salade d'endives aux pommes et dés d'emmental Filet de rouget au jus de citron tomates et olives vertes Boullgour et ratatouille Bleuet des prairies® Ile flottante	Œuf dur mayonnaise Croque-monsieur de porc* Salade verte Petit cabécou® Fruit BIO	Salade de pommes de terre au surimi, olives et tomates Filet de cabillaud sauce Duglère Haricots verts persillés Chanteneige® Fruit	Salade de céleri rémoulade Poulet basquaise Riz BIO Cancailotte nature Clafoutis aux griottes	
Soir	Choux de Bruxelles au lard* Produit laitier Dessert	Velouté de poireaux et pommes de terre Yaourt au lait de chèvre BIO et sucre Fruit BIO	Dahl de lentilles corail Yaourt à la confiture de fraises Madeleine	Velouté au potiron Fromage blanc BIO Fruit BIO	Poêlée de topinambours Spécialité laitière au citron Pêche au sirop	Poêlée paysanne BIO Yaourt nature et crème de marrons Fruit BIO	Réveillon du jour de l'an	

Bon appétit!

Grand Paris
sudest
avenir

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