

REGIME NORMAL FAITES VOS CHOIX POUR DECEMBRE 2025

Nom :

		ENTRÉE	PLAT A	FROMAGE	DESSERT	A	ENTRÉE	PLAT B	FROMAGE	DESSERT	B	POTAGE SOIR
LUNDI	01/12	Salade de chou blanc au sésame	Penne à la napolitaine et lardons	Edam	Fruit frais	☐	Oeuf dur béarnaise	Dos de lieu sauce aneth & Riz basmati	Saint Môret	Fromage blanc vanille	☐	Potage dubarry
MARDI	02/12	Salade croquante et mélange Kasha	Émincé de poulet au paprika doux et menthe & Gratin dauphinois	Tartare ail et fines herbes	Quatre quart	☐	Salade de cervelas	Feuilleté de poisson blanc et sauce beurre blanc & Purée d'épinards à la crème	Madame Loïk	Crème dessert vanille	☐	Potage de légumes à l'ancienne
MERCREDI	03/12	Salade de champignons à la crème	Cuisse de poulet sauce chasseur & Pomme de terre rissolées	Saint Paulin	Petits suisses	☐	Taboulé de quinoa à l'orange	Bourride de lieu & Haricots beurres persillés	Carré frais	Yaourt aux fruits	☐	Potage de pois cassés
JEUDI	04/12	Salade de navets rôtis au sésame	Couscous (merguez, boulettes, légumes)	Le petit moulé noix	Novly chocolat	☐	Saucisson à l'ail	Nuggets de poisson et sauce au yaourt & semoule	Le petit moulé nature	Compote pomme cassis	☐	Potage aux 3 légumes
VENDREDI	05/12	Salade de chou-fleur vinaigrette	Dos de colin crème au curcuma & Perles de blé à l'huile de tournesol	Madame Loïk	Fruit frais	☐	Salade piémontaise	Cannelloni bolognaise pur bœuf	Madame Loïk	Yaourt vanille	☐	Potage Crecy
SAMEDI	06/12	Coleslaw	Poulet aux olives & Linguine del pastore	Saint Nectaire AOP	Fromage blanc nature	☐	Gougère au fromage	Saumonette sauce au miel & Poêlée de légumes	Vache qui rit	Compote pomme banane	☐	Potage d'épinards
DIMANCHE	07/12	Fondue de poireaux vinaigrette	Sauté de porc aux pruneaux & Riz jaune	Mimolette	Eclair au café	☐	Brouillade d'oeuf ciboulette	Dos de colin sauce grenobloise & Pommes rissolées	Cantadou	Fromage blanc nature	☐	Potage de courgettes à la crème

		<i>ENTRÉE</i>	<i>PLAT A</i>	<i>FROMAGE</i>	<i>DESSERT</i>	<i>A</i>	<i>ENTRÉE</i>	<i>PLAT B</i>	<i>FROMAGE</i>	<i>DESSERT</i>	<i>B</i>	<i>POTAGE SOIR</i>
LUNDI	08/12	Céleri rémoulade	Effiloché de poulet sauce barbecue & Gnocchis de blé	Edam 25g	Fruit frais	☐	Feuilleté hot dog	Paupiette du pêcheur sauce citronnée & Haricots beurre à l'ail	Mini cabrette	Fromage blanc aux fruits	☐	Potage de brocolis
MARDI	09/12	Duo de haricots	Boeuf mode & Poêlée sarladaise	Petit croc lait	Donuts au chocolat	☐	Mini croque monsieur	Matelote de poisson & Purée de chou-fleur	Cantafras	Yaourt vanille	☐	Potage de carottes
MERCREDI	10/12	Salade de navets & carottes au sésame	Émincé de dinde sauce curry & Purée de pomme de terre au beurre	Le petit moulé ail et fines herbes	Petits suisses	☐	Taboulé aux olives	Queue de lotte aux échalotes et au vin blanc & Petits pois à la française	Le petit moulé nature	Compote pomme abricot	☐	Potage de céleri
JEUDI	11/12	Salade de betterave et dés d'emmental	Palette de porc à la diable & Blé dur à l'huile	Emmental portion	Compote pomme poire	☐	Mini tarte aux poireaux	Dos de lieu sauce aux poivrons doux & Carottes vichy	Saint Môret	Yaourt aux fruits	☐	Potage de champignons
 VENDREDI	12/12	Salade de brocolis vinaigrette	Omelette crème de ciboulette & Rösti de pommes de terre	Tartare aux noix	Fruit frais	☐	Salade jaune (pâtes, œufs, maïs, mayo)	Coquille de poisson blanc et sauce tomate & Jardinière de légumes	Cantadou	Petits suisses	☐	Potage de courgette, épinards et pomme de terre
SAMEDI	13/12	Carottes râpées citronnées	Aiguillettes de poulet persillées & Pâtes macaroni à l'huile d'olive	Gouda	Fromage blanc nature	☐	Oeuf dur béarnaise	Dos de merlu sauce beurre blanc & Haricots blancs à la tomate	Le petit moulé nature	Crème dessert caramel	☐	Potage d'haricots verts
DIMANCHE	14/12	Salade pomme de terre & haricots verts	Andouillette à la moutarde & Purée de brocolis à la crème	Délice chèvre	Paris-Brest	☐	Salade de pois chiche à l'échalote	Gratin aux deux choux et poisson	Mini cabrette	Compote pomme pêche	☐	Potage de légumes

		ENTRÉE	PLAT A	FROMAGE	DESSERT	A	ENTRÉE	PLAT B	FROMAGE	DESSERT	B	POTAGE SOIR
LUNDI	15/12	Salade mexicaine	Risotto au chorizo et grana padano	Petit croc lait	Fruit frais	☐	Salade de pâtes, thon, maïs et mayo	Filet de hoki à la ciboulette & Flageolets à la crème d'ail	Cantafras	Fromage blanc aux fruits	☐	Soupe de poisson
MARDI	16/12	Salade de coeur d'artichauts vinaigrette	Aïoli marseillais	Gouda	Brownie aux noisettes	☐	Samoussas aux légumes	Boulettes d'agneau sauce tomate & Tagliatelles à l'huile d'olive	Chanteneige	Yaourt nature	☐	Potage de chou fleur
MERCREDI	17/12	Salade de chou-fleur sauce cocktail	Dos de lieu sauce curry doux & Riz aux marrons	Chevretine	Petits suisses	☐	Salade de lentilles & lardons	Gratin d'épinard et oeuf florentine	Chantailou	Compote de pomme	☐	Potage de légumes du soleil
JEUDI	18/12	Salade d'haricots beurrés aux échalotes	Choux de Bruxelles et pommes de terre aux lardons	Chanteneige	Compote pomme banane	☐	Brouillade d'oeuf ciboulette	Dos de colin sauce chien & Poêlée rustique	Chanteneige	Crème dessert pralinée	☐	Soupe de cresson
VENDREDI	19/12	Salade de carottes, orange et cumin	Jambon fumé grillé sauce madère & Lentilles sauce tomate & graines de courge	Rondelé à la fleur de sel	Fruit frais	☐	Mini tarte au thon	Dos de lieu sauce vierge & Brocolis à la vapeur	Rondelé nature	Faisselle de Rians	☐	Potage de légumes variés
SAMEDI	20/12	Salade d'haricots blancs au persil	Boeuf bourguignon & Purée de carottes	Brebicrème	Fromage blanc nature	☐	Salami & cornichon	Lasagnes au saumon	Brebicrème	Compote pomme fraise	☐	Potage de lentilles corail
DIMANCHE	21/12	Salade de lentilles corail et fenouil au citron	Cassoulet	Bleu douceur	Tarte à la noix de coco	☐	Mini Tortilla espagnole	Feuilleté de poisson et sauce crème ail et fines herbes & Choux de Bruxelles cuisinés	Le carré	Fromage blanc vanille	☐	Potage de poireaux et pomme de terre

		<i>ENTRÉE</i>	<i>PLAT A</i>	<i>FROMAGE</i>	<i>DESSERT</i>	<i>A</i>	<i>ENTRÉE</i>	<i>PLAT B</i>	<i>FROMAGE</i>	<i>DESSERT</i>	<i>B</i>	<i>POTAGE SOIR</i>
LUNDI	22/12	Salade de pommes de terre et lardons	Dos de lieu sauce bretonne & Haricots verts sautés à l'ail et au persil	Saint Môret	Fruit frais	☐	Coleslaw	Hachis parmentier	Saint Môret	Petits suisses	☐	Potage de petits pois
MARDI	23/12	Épeautre du Vaucluse et olives	Boudin blanc sauce suprême & Salsifis sautés	Tomme noire	Muffin aux myrtilles	☐	Salade de courge et carottes	Hoki sauce au citron confit & Risotto à la tomate	Petit cabré	Fromage blanc nature	☐	Potage dubarry
MERCREDI	24/12	Salade poire-roquefort-noix	Filet mignon, sauce crème, moutarde & épices de Noël, Pommes duchesses	Madame Loïk	Pomme au four à la cannelle & papillotes	☐	Tarte fine de noix de Saint Jacques et petits légumes	Dos de merlu sauce aux baies roses & Poêlée gourmande aux marrons	Madame Loïk	Fruit frais	☐	Velouté de potimarron au thym
JEUDI	25/12	Salade de betteraves à l'orange & ricotta	Dinde de Noël au cidre, pommes & marrons, Poêlée hivernale	Saint Paulin	Bûche pâtissière de Noël	☐	Pâté en croûte Richelieu et confit d'oignon maison	Colin à l'étouffée aux herbes douces & purée à l'huile de truffe	Délice chèvre	Yaourt nature	☐	Crème de céleri au curry doux & épices de Noël
 VENDREDI	26/12	Salade de brocolis vinaigrette	Poulet cajun & Coquillettes à l'huile de tournesol	Coulommiers	Fruit frais	☐	Salade mexicaine	Dos de lieu sauce aux herbes & Poêlée du marché	Le petit moulé nature	Fromage blanc vanille	☐	Potage aux 3 légumes
SAMEDI	27/12	Salade de pois chiches au thon	Paupiette de veau sauce marengo & Gratin de chou-fleur au curry	Six de savoie	Fromage blanc nature	☐	Salade de chou blanc aux raisins secs	Dos de merlu sauce provençale & Spaghettis al limone	Mini cabrette	Compote pomme abricot	☐	Potage Crecy
DIMANCHE	28/12	Salade de coquillettes & crudités	Côte de porc sauce aux champignons crémée & Boulgour au beurre	Petit croc lait	Pasteis de nata	☐	Mini tarte au fromage	Filet de limande au vin blanc - échalotes & Carottes vapeur	Petit croc lait	Crème chocolat	☐	Potage d'épinards

		ENTRÉE	PLAT A	FROMAGE	DESSERT	A	ENTRÉE	PLAT B	FROMAGE	DESSERT	B	POTAGE SOIR
LUNDI	29/12	Macédoine mayonnaise	Sauté de bœuf tomate basilic & Semoule au beurre	Chavroux	Fruit frais	☐	Croisillon emmental	Quenelles de brochet sauce aurore & Navets glacés	Chavroux	Yaourt aux fruits	☐	Potage de courgettes à la crème
MARDI	30/12	Salade de coeur de palmier vinaigrette	Saucisse de Toulouse sauce tomate & Pommes de terre vapeur	Cantadou	Cookie aux pépites de chocolat	☐	Taboulé oriental	Dos de lieu sauce vierge & Poêlée romanesco	Le carré	Compote poire	☐	Potage de brocolis
MERCREDI	31/12	Salade d'endives aux noix & bleu	Oeufs meurette, gratin dauphinois aux cèpes & fagot de haricots verts	Cantal jeune	Dessert du réveillon	☐	Mousse de canard supérieure & pain d'épices	Saumon sauce au beurre rouge, gratin dauphinois aux cèpes & fagot de haricots verts	Chevretonne	Compote pomme cassis	☐	Velouté courge, carotte, orange & cannelle
JEUDI	01/01	Flan crémeux de potimarron au curry	Ballotine de volaille aux petits légumes, Fondant pomme de terre & champignons	Chantailou	Crumble aux saveurs de pain d'épices	☐	Salade harengs & pomme de terre	Coquille de la mer à la normande & Poêlée de légumes festifs	Chanteneige	Petits suisses nature	☐	Potage de céleri
VENDREDI	02/01	Salade minestrone	Paupiette du pêcheur sauce crémeuse aux champignons & Petits pois carottes	Cantafrais	Fruit frais	☐	Salade de blé et noix	Gratin d'endives au jambon	Rondelé nature	Fromage blanc aux fruits	☐	Potage de champignons
SAMEDI	03/01	Mini quiche lorraine	Boeuf cuit au court bouillon & Gratin de choux-fleur et poireaux	Le petit moulé AFH	Fromage blanc nature	☐	Champignons à la grecque	Poisson façon paëlla & Riz épices paëlla	Brebicrème	Compote pêche	☐	Potage de courgette, épinards et pomme de terre
DIMANCHE	04/01	Timbale de maïs et chataignes	Poulet à la portugaise & Petits légumes sautés	Edam	Millefeuille	☐	Oeuf dur béarnaise	Colin au pistou d'aneth & Pommes de terre sautées	Madame Loïk	Liégeois café	☐	Potage d'haricots verts