



Cochez le plat A ou le plat B pour chaque jour

☀ DÉJEUNER

ENTRÉE

PLAT A ☐

PLAT B ☐

DESSERT

FROMAGE

Salade de  
haricots beurre  
aux herbes

**Cordon bleu sauce  
barbecue**  
& pommes noisettes



**Colin sauce tajine**  
& purée de carottes



Fromage  
blanc aux  
fruits

Saint Môret

🌙 DÎNER

POTAGE

Potage de chou-  
fleur à la crème &  
persil

**Dimanche**  
01/11



Pain inclus à chaque repas du midi • **BON APPÉTIT !**

☒ Cochez le plat A ou le plat B pour chaque jour

|                   | ☀ DÉJEUNER                       |                                                                                               |                                                                                                             |                          |                     | 🌙 DÎNER                              |  |
|-------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------|--------------------------------------|--|
|                   | ENTRÉE                           | PLAT A <input type="checkbox"/>                                                               | PLAT B <input type="checkbox"/>                                                                             | DESSERT                  | FROMAGE             | POTAGE                               |  |
| Lundi<br>02/11    | Chou-fleur rôti au curry         | Andouillette sauce moutarde & flageolet à la crème d'ail <input type="checkbox"/>             | Filet de hoki sauce coco-curry et dés de patate douce & purée de carottes au cumin <input type="checkbox"/> | Mousse au citron         | Mini cabrette       | Potage de légumes du soleil          |  |
| Mardi<br>03/11    | Taboulé oriental maison          | Couscous aux boulettes de bœuf <input type="checkbox"/>                                       | Blanquette de colin & gratin de chou-fleur à l'origan <input type="checkbox"/>                              | Yaourt nature            | Rondelé             | Soupe de cresson                     |  |
| Mercredi<br>04/11 | Coleslaw                         | Sauté de porc sauce aux champignons & pommes de terre sautées <input type="checkbox"/>        | Paupiette du pêcheur sauce aneth & poêlée de chou vert et chou romanesco <input type="checkbox"/>           | Fromage blanc nature     | Chanteneige         | Potage de légumes variés             |  |
| Jeudi<br>05/11    | Salade de chou blanc vinaigrette | Jambon fumé sauce barbecue & riz pilaf <input type="checkbox"/>                               | Dos de lieu sauce curry doux & gratin de courge et pommes de terre maison <input type="checkbox"/>          | Fromage blanc aux fruits | Chèvreatine         | Potage de lentilles corail           |  |
| Vendredi<br>06/11 | Salade piémontaise               | Filet de merlu sauce vierge & carottes Vichy <input type="checkbox"/>                         | Colombo de poulet & petits pois carottes <input type="checkbox"/>                                           | Crème dessert vanille    | Délice à l'emmental | Potage de poireaux et pomme de terre |  |
| Samedi<br>07/11   | Champignons à la grecque         | Haut de cuisse de poulet rôti et jus réduit & penne rigate au beurre <input type="checkbox"/> | Cocktail de fruits de mer au beurre blanc & julienne de légumes <input type="checkbox"/>                    | Liégeois café            | Croc'lait           | Potage de petits pois                |  |
| Dimanche<br>08/11 | Radis beurre                     | Foie de veau sauce calabraise & pomme röstie <input type="checkbox"/>                         | Poisson blanc pané & haricots verts à l'huile d'olive <input type="checkbox"/>                              | Crème dessert vanille    | Vache qui rit       | Potage dubarry                       |  |

☒ Cochez le plat A ou le plat B pour chaque jour

|                   | ☀ DÉJEUNER                                |                                                                                              |                                                                                       |                          |                | 🌙 DÎNER                         |  |
|-------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------|---------------------------------|--|
|                   | ENTRÉE                                    | PLAT A <input type="checkbox"/>                                                              | PLAT B <input type="checkbox"/>                                                       | DESSERT                  | FROMAGE        | POTAGE                          |  |
| Lundi<br>09/11    | Carottes rôties au sésame                 | Sauté de lapin sauce moutarde à l'ancienne & lentilles mijotées <input type="checkbox"/>     | Crevettes sauce armoricaine douce & poêlée rustique <input type="checkbox"/>          | Fromage blanc aux fruits | Petit cabray   | Potage de légumes à l'ancienne  |  |
| Mardi<br>10/11    | Salade de pois chiche à l'échalotes       | Aiguillettes de poulet sauce suprême & haricots blancs tomatés <input type="checkbox"/>      | Filet de limande sauce aurore & chou-fleur persillé <input type="checkbox"/>          | Crème dessert vanille    | Le petit moulé | Potage de pois cassés           |  |
| Mercredi<br>11/11 | Salade de brocolis vinaigrette            | Blanquette de volaille & riz au beurre <input type="checkbox"/>                              | Moules façon marinière & poêlée de champignons en persillade <input type="checkbox"/> | Liégeois au chocolat     | Chanteneige    | Potage aux 3 légumes            |  |
| Jeudi<br>12/11    | Salade minestrone                         | Boudin noir aux oignons & purée de pommes de terre <input type="checkbox"/>                  | Dos de colin sauce provençale & gratin de blettes gratiné <input type="checkbox"/>    | Yaourt aux fruits        | Saint bricet   | Potage crecy                    |  |
| Vendredi<br>13/11 | Céleri rémoulade                          | Filet de hoki sauce dugléré & navets glacés <input type="checkbox"/>                         | Rognons de bœuf sauce marchand de vin & spaghettis au beurre <input type="checkbox"/> | Crème dessert praliné    | Saint Môret    | Potage d'épinards               |  |
| Samedi<br>14/11   | Carottes râpées aux raisins secs          | Quenelles de brochet sauce nantua & purée de potiron <input type="checkbox"/>                | Paupiette de veau sauce forestière & blé dur au beurre <input type="checkbox"/>       | Compote                  | Tartare nature | Potage de courgettes à la crème |  |
| Dimanche<br>15/11 | Salade de chou rouge au vinaigre de cidre | Saucisse de toulouse sauce tomate & poêlée de ratatouille du soleil <input type="checkbox"/> | Brandade de morue & purée de pois cassés <input type="checkbox"/>                     | Crème dessert vanille    | Vache picon    | Potage de brocolis              |  |

☒ Cochez le plat A ou le plat B pour chaque jour

|                   | ☀ DÉJEUNER                      |                                                                                                  |                                                                                       |                          |                     | 🌙 DÎNER                                         |  |
|-------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|--|
|                   | ENTRÉE                          | PLAT A <input type="checkbox"/>                                                                  | PLAT B <input type="checkbox"/>                                                       | DESSERT                  | FROMAGE             | POTAGE                                          |  |
| Lundi<br>16/11    | Salade de betterave vinaigrette | Hachis parmentier <input type="checkbox"/>                                                       | Matelote de poisson & purée de céleri <input type="checkbox"/>                        | Fromage blanc aux fruits | Mini cabrette       | Potage de carottes                              |  |
| Mardi<br>17/11    | Salade de lentilles vinaigrette | Emincé de poulet sauce normande & pomme noisette <input type="checkbox"/>                        | Dos de lieu sauce beurre blanc & carottes persillées <input type="checkbox"/>         | Crème dessert vanille    | Rondelé             | Potage de céleri                                |  |
| Mercredi<br>18/11 | Poireaux vinaigrette            | Sauté de porc sauce moutarde & petits pois à la française <input type="checkbox"/>               | Dos de colin sauce aurore & gnocchis au beurre <input type="checkbox"/>               | Compote                  | Chanteneige         | Potage de champignons                           |  |
| Jeudi<br>19/11    | Caponata à la sicilienne        | Endives au jambon béchamel - LES VRAIES DE VRAIES & brunoise de légumes <input type="checkbox"/> | Filet de merlu crème ciboulette & riz créole <input type="checkbox"/>                 | Compote                  | Chèvreatine         | Potage de courgette, épinards et pomme de terre |  |
| Vendredi<br>20/11 | Carottes râpées vinaigrette     | Filet de hoki crème citron & épinards à la béchamel <input type="checkbox"/>                     | Boulettes de bœuf sauce tomate & spaghettis au beurre <input type="checkbox"/>        | Yaourt nature            | Délice à l'emmental | Potage d'haricots verts                         |  |
| Samedi<br>21/11   | Mini pizza                      | Filet de lieu à la bordelaise <input type="checkbox"/>                                           | Filet de lieu à la bordelaise & riz aux petits légumes <input type="checkbox"/>       | Yaourt brassé aux fruits | Croc'lait           | Potage de légumes                               |  |
| Dimanche<br>22/11 | Chou-fleur sauce cocktail       | Sauté de poulet sauce chasseur & écrasé de pommes de terre <input type="checkbox"/>              | Filet de limande sauce hollandaise & poêlée de légumes verts <input type="checkbox"/> | Crème dessert vanille    | Vache qui rit       | Soupe de poisson                                |  |

☒ Cochez le plat A ou le plat B pour chaque jour

|                   | ☀ DÉJEUNER                     |                                                                                            |                                                                                                   |                       |                | 🌙 DÎNER                              |  |
|-------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------|--------------------------------------|--|
|                   | ENTRÉE                         | PLAT A <input type="checkbox"/>                                                            | PLAT B <input type="checkbox"/>                                                                   | DESSERT               | FROMAGE        | POTAGE                               |  |
| Lundi<br>23/11    | Salade de museau               | Sauté de porc aux pruneaux<br>& purée d'haricots verts <input type="checkbox"/>            | Aïoli marseillais<br>& poêlée bretonne <input type="checkbox"/>                                   | Compote               | Petit cabray   | Potage de chou-fleur                 |  |
| Mardi<br>24/11    | Salade de pâtes aux olives     | Tajine de poulet aux légumes<br>& semoule au beurre <input type="checkbox"/>               | Crumble de colin<br>& poêlée forestière <input type="checkbox"/>                                  | Yaourt aux fruits     | Le petit moulé | Potage de légumes du soleil          |  |
| Mercredi<br>25/11 | Houmous et gressins            | Boulettes de volaille sauce paprika doux<br>& macaronis au beurre <input type="checkbox"/> | Moules sauce poulette<br>& purée de chou-fleur <input type="checkbox"/>                           | Crème dessert café    | Chanteneige    | Soupe de cresson                     |  |
| Jeudi<br>26/11    | Haricots blancs en vinaigrette | Tripes à la mode de caen<br>& pommes de terre vapeur <input type="checkbox"/>              | Nuggets de poisson sauce tartare<br>& farfalles au beurre <input type="checkbox"/>                | Crème dessert vanille | Saint bricet   | Potage de légumes variés             |  |
| Vendredi<br>27/11 | Salade de maïs au thon         | Filet de limande crème persillée<br>& farfalles au beurre <input type="checkbox"/>         | Aiguillettes de poulet sauce à la tomate et olives<br>& poêlée 4 légumes <input type="checkbox"/> | Mousse au café        | Saint Môret    | Potage de lentilles corail           |  |
| Samedi<br>28/11   | Céleri branche et pommes       | Chou farçi sauce tomate<br>& épinards branche au curry <input type="checkbox"/>            | Dos de colin sauce aux câpres<br>& riz jaune <input type="checkbox"/>                             | Crème dessert vanille | Tartare nature | Potage de poireaux et pomme de terre |  |
| Dimanche<br>29/11 | Salade d'endives aux pommes    | Boudin blanc sauce crème et champignons<br>& pommes noisettes <input type="checkbox"/>     | Filet de hoki sauce oseille<br>& poêlée d'autrefois <input type="checkbox"/>                      | Mousse au chocolat    | Vache picon    | Potage de petits pois                |  |



Cochez le plat A ou le plat B pour chaque jour

 DÉJEUNER

ENTRÉE

PLAT A ☐

PLAT B ☐

DESSERT

FROMAGE

Salade de chou  
rouge aux  
pommes

**Sauté de porc au  
miel et au thym**  
& linguine



**Filet de hoki sauce  
citron**  
& épinards à la crème



Crème  
dessert café

Brebi-crème

 DÎNER

POTAGE

Velouté de potiron

**Lundi**  
30/11



Pain inclus à chaque repas du midi • **BON APPÉTIT !**