

## REGIME NORMAL FAITES VOS CHOIX POUR OCTOBRE 2025

Nom :

	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT A</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>A</b>	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT B</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>B</b>	<b>ENTRÉE SOIR</b>
<b>29/09</b>	Aubergines rôties au miel	Sauté de porc aux oignons et pommes de terre sautées	Edam	Crème dessert praliné	<input type="checkbox"/>	Aubergines rôties au miel	Brandade de morue	Edam	Crème dessert praliné	<input type="checkbox"/>	Potage aux 3 légumes
<b>30/09</b>	Salade de coeur de palmier et dés de mimolette	Cordon bleu et semoule sauce tomate	Tartare ail et fines herbes	Pasteis de nata	<input type="checkbox"/>	Salade de coeur de palmier et dés de mimolette	Dos de colin sauce aneth & aubergines rôties	Tartare ail et fines herbes	Pasteis de nata	<input type="checkbox"/>	Potage Crecy
<b>01/10</b>	Salade de poivrons	Omelette, coulis de tomate & Jardinière de légumes	Saint Paulin	Yaourt brassé nature	<input type="checkbox"/>	Salade de poivrons	Nuggets de blé et ratatouille	Saint Paulin	Yaourt brassé nature	<input type="checkbox"/>	Potage de courge à la crème
<b>02/10</b>	Carottes râpées aux raisins secs	Feuilleté de poisson sauce au beurre blanc & purée de céleri	Le petit moulé noix	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Carottes râpées aux raisins secs	Hachis parmentier	Le petit moulé noix	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage de courgettes à la crème
<b>03/10</b>	Salade de chou fleur vinaigrette	Poulet sauce moutarde & Linguine del pastore	Madame Loïk	Fromage blanc nature	<input type="checkbox"/>	Salade de chou fleur vinaigrette	Aioli marseillais	Madame Loïk	Fromage blanc nature	<input type="checkbox"/>	Potage de brocolis
<b>04/10</b>	Champignons à la grecque	Dos de lieu sauce estragon & Risotto aux champignons	Saint Nectaire AOP	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Champignons à la grecque	Gratin à la parmesane	Saint Nectaire AOP	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage de carottes
<b>05/10</b>	Salade de chou blanc vinaigrette	Penne à la bolognaise	Mimolette	Tarte coco	<input type="checkbox"/>	Salade de chou blanc vinaigrette	Filet de hoki sauce vierge & tagliatelles al limone	Mimolette	Tarte coco	<input type="checkbox"/>	Potage de pois cassés

	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT A</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>A</b>	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT B</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>B</b>	<b>ENTRÉE SOIR</b>
<b>06/10</b>	Salade de betterave à l'ail	Couscous	Edam 25g	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Salade de betterave à l'ail	Dos de colin sauce provençale & riz basmati	Edam 25g	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage de champignons
<b>07/10</b>	Carottes rôties au miel	Crêpe au jambon et béchamel & poelée rustique	Petit croc lait	Gateau basque	<input type="checkbox"/>	Carottes rôties au miel	Blanquette de poisson	Petit croc lait	Gateau basque	<input type="checkbox"/>	Potage de courgette, épinards et pomme de terre
<b>08/10</b>	Salade de chou rouge aux noix	Blanquette de poulet à l'ancienne	Le petit moulé ail et fines herbes	Fromage blanc aux fruits	<input type="checkbox"/>	Salade de chou rouge aux noix	Coquillettes à la crème de thon et emmental	Le petit moulé ail et fines herbes	Fromage blanc aux fruits	<input type="checkbox"/>	Potage de crecy
<b>09/10</b>	Salade d'haricots verts aux échalotes	Tomates farcies & farfalles sauce tomate	Emmental portion	Yaourt nature	<input type="checkbox"/>	Salade d'haricots verts aux échalotes	Escalope viennoise & purée de brocolis	Emmental portion	Yaourt nature	<input type="checkbox"/>	Potage de légumes
<b>10/10</b>	Salade courgette, menthe & citron	Matelote de poisson & riz basmati	Tartare aux noix	Crème café	<input type="checkbox"/>	Salade courgette, menthe & citron	Moussaka de boeuf	Tartare aux noix	Crème café	<input type="checkbox"/>	Soupe de poisson
<b>11/10</b>	Salade asiatique	Penne carbonara	Gouda	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Salade asiatique	Dos de colin pané & haricots verts sauce provençale	Gouda	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage de Chou Fleur
<b>12/10</b>	Coleslaw	Civet de porc & Penne crème de courge et chou-fleur	Délice chèvre	Cookie aux pépites de chocolat	<input type="checkbox"/>	Coleslaw	Dos de lieu sauce citron & carottes râpées	Délice chèvre	Cookie aux pépites de chocolat	<input type="checkbox"/>	Potage de légumes du soleil

	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT A</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>A</b>	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT B</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>B</b>	<b>ENTRÉE SOIR</b>
<b>13/10</b>	Caponata à la sicilienne	Émincé de veau au paprika doux et menthe & Ecrasé de pomme de terre	Petit croc lait	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Caponata à la sicilienne	Hoki à la bordelaise & Poireaux à la crème	Petit croc lait	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage aux 3 légumes
<b>14/10</b>	Salade de chou fleur sauce cocktail	Coeur de merlu sauce citron & Pâtes à l'huile d'olive	Gouda	Eclair au café	<input type="checkbox"/>	Salade de chou fleur sauce cocktail	Chili sin carne	Gouda	Eclair au café	<input type="checkbox"/>	Potage de légumes variés
<b>15/10</b>	Salade de navets rotis au sésame	Comme un pot au feu et ses légumes	Chevretine	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Salade de navets rotis au sésame	Croquettes de poisson & Ratatouille	Chevretine	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage de courgettes à la crème
<b>16/10</b>	Salade de fenouil à l'orange	Poulet stroganoff & Flageolets à la crème d'ail	Chanteneige	Yaourt nature	<input type="checkbox"/>	Salade de fenouil à l'orange	Dos de lieu sauce aux herbes & Chou vert sauté	Chanteneige	Yaourt nature	<input type="checkbox"/>	Potage de poireaux et pomme de terre
<b>17/10</b>	Taboulé aux olives	Penne carbonara	Rondelé à la fleur de sel	Crème dessert café	<input type="checkbox"/>	Taboulé aux olives	Colin au pistou d'aneth & Riz à la valencienne	Rondelé à la fleur de sel	Crème dessert café	<input type="checkbox"/>	Potage de petits pois à la crème
<b>18/10</b>	Salade de boulgour aux raisins secs	Quenelles de volaille sauce forestière & Pommes de terre sautées	Brebicrème	Petits suisses	<input type="checkbox"/>	Salade de boulgour aux raisins secs	Filet de dorade à la ciboulette & Haricots verts persillés	Brebicrème	Petits suisses	<input type="checkbox"/>	Potage dubarry
<b>19/10</b>	Salade de coeur d'artichauts vinaigrette	Farfalles jambon champignons et fromage	Bleu douceur	Flan pâtissier	<input type="checkbox"/>	Salade de coeur d'artichauts vinaigrette	Saumonette sauce tomate & Pâtes à l'huile d'olive	Bleu douceur	Flan pâtissier	<input type="checkbox"/>	Potage de légumes à l'ancienne

	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT A</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>A</b>	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT B</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>B</b>	<b>ENTRÉE SOIR</b>
--	---------------	---------------	----------------	----------------	----------	---------------	---------------	----------------	----------------	----------	--------------------

<b>20/10</b>	Céleri remoulade	Cassoulet	Saint Môret	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Céleri remoulade	Dos de colin sauce moutarde & Riz jaune et carottes, poireaux, fenouil	Saint Môret	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage de pois cassés
<b>21/10</b>	Brocolis vinaigrette	Sauté de porc sauce miel, soja, ail & Petits pois cuisinés	Tomme noire	Quatre quart	<input type="checkbox"/>	Brocolis vinaigrette	Paupiette du pêcheur sauce curcuma & Salsifis sautés	Tomme noire	Quatre quart	<input type="checkbox"/>	Potage aux 3 légumes
<b>22/10</b>	Salade de haricots verts à l'ail et persil	Poulet au curry & Quinoa	Madame Loïk	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Salade de haricots verts à l'ail et persil	Gratin de chou au poisson	Madame Loïk	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage Crecy
<b>23/10</b>	Salade de courge	Boudin blanc aux pommes & Riz aux légumes	Saint Paulin	Yaourt vanille	<input type="checkbox"/>	Salade de courge	Poisson pâné crème citron & purée de chou-fleur	Saint Paulin	Yaourt vanille	<input type="checkbox"/>	Velouté d'épinards à la crème
<b>24/10</b>	Macédoine vinaigrette	Aiguillettes de poulet à la normande & Pommes rosti	Coulommiers	Crème dessert vanille	<input type="checkbox"/>	Macédoine vinaigrette	Bourride de lieu & Brocolis béchamel	Coulommiers	Crème dessert vanille	<input type="checkbox"/>	Potage de courgettes à la crème
<b>25/10</b>	Salade de haricots verts au maïs	Boeuf bourguignon & Purée de pois cassés	Six de savoie	Fromage blanc aux fruits	<input type="checkbox"/>	Salade de haricots verts au maïs	Quenelles de brochet sauce tomate crémée & Gratin d'épinards	Six de savoie	Fromage blanc aux fruits	<input type="checkbox"/>	Velouté de brocolis
<b>26/10</b>	Croisillon emmental	Potée auvergnate	Petit croc lait	Eclair chocolat	<input type="checkbox"/>	Croisillon emmental	Filet de merlu crème aux herbes & Pomme de terre vapeur	Petit croc lait	Eclair chocolat	<input type="checkbox"/>	Potage de légumes

<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT A</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>A</b>	<b>ENTRÉE</b>	<b>PLAT B</b>	<b>FROMAGE</b>	<b>DESSERT</b>	<b>B</b>	<b>ENTRÉE SOIR</b>
---------------	---------------	----------------	----------------	----------	---------------	---------------	----------------	----------------	----------	--------------------

<b>27/10</b>	Salade de chou rouge au vinaigre de cidre	Alouette de boeuf en sauce tomate & Blé au beurre	Chavroux	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Salade de chou rouge au vinaigre de cidre	Filet de hoki sauce agrumes & Gratin de brocolis	Chavroux	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage de carottes
<b>28/10</b>	Salade de coquillettes & crudités	Choucroute garnie	Cantadou	Brownie choco noix	<input type="checkbox"/>	Salade de coquillettes & crudités	Feuilleté de poisson sauce crème ail et fines herbes & Chou à choucroute	Cantadou	Brownie choco noix	<input type="checkbox"/>	Potage de champignons à la crème
<b>29/10</b>	Fondue de poireaux vinaigrette	Raviolis sauce aux champignons	Cantal jeune	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Fondue de poireaux vinaigrette	Lasagnes de légumes	Cantal jeune	Fruit frais	<input type="checkbox"/>	Potage de courgette, épinards et pomme de terre
<b>30/10</b>	Champignons à la grecque	Sauté de dinde à la normande & Risotto à la tomate	Chantailou	Petits suisses	<input type="checkbox"/>	Champignons à la grecque	Saumonette sauce beurre blanc & Poêlée champêtre	Chantailou	Petits suisses	<input type="checkbox"/>	Potage de courge à la crème
<b>31/10</b>	Duo de courgette & poivron	Cannelonis bolognaise	Cantafrais	Crème dessert praliné	<input type="checkbox"/>	Duo de courgette & poivron	Omelette crème de ciboulette & Tortellini ricotta épinards	Cantafrais	Crème dessert praliné	<input type="checkbox"/>	Potage de légumes
<b>01/11</b>	Salade de betterave	Sauté de porc sauce forestière & Pommes duchesse	Le petit moulé AFH	Fromage blanc nature	<input type="checkbox"/>	Salade de betterave	Dos de lieu sauce bretonne & Poêlée du marché	Le petit moulé AFH	Fromage blanc nature	<input type="checkbox"/>	Soupe de poisson
<b>02/11</b>	Salade de haricots beurre aux herbes	Steak hâché & Flageolets à la crème d'ail	Edam	Muffin myrtilles	<input type="checkbox"/>	Salade de haricots beurre aux herbes	Colin sauce tajine & Purée de carottes au lait entier	Edam	Muffin myrtilles	<input type="checkbox"/>	Potage de Chou Fleur à la crème & persil