

# Au menu cette semaine - Déjeuner

LUNDI | 03  
Jan

## Velouté potiron carottes

Betterave et maïs

Salade verte à la mimolette

## Saumonette à la bordelaise

Steak sauce au poivre

Omelette aux champignons

Haricots verts

Pommes frites

Saint-Paulin

Edam

Yaourt nature

## Cake vanille

Riz au lait coco et mangue

Corbeille de fruits Bio  
Plat Bio

MARDI | 04  
Jan

Salade mélangée  
radis emmental

Soupe miso

Houmous de haricots  
blancs au curry

Filet de colin  
sauce à l'orange

Palette de porc sauce diable

Dahl de lentilles  
corail et pommes de terre

Carottes locales béchamel

Boulgour aux petits légumes

Bûchette mi-chèvre

Emmental

Yaourt nature

Compote de pommes

Clafoutis aux poires

Fruits de saison Bio

MERCREDI | 05  
Jan

Salade de pâtes  
poivrons sauce chèvre

Saucisson sec et cornichons

Endives locales vinaigrette

Filet de saumon  
sauce armoricaine

Faux-filet aux échalotes

Lasagne de courgettes

Poêlée aux légumes  
courgette, poivron, ail, ciboulette

Gratin dauphinois

Comté lait cru

Pont l'Evêque

Yaourt nature

Panna cotta

Gâteau au chocolat

Fruits de saison Bio

ANIMATION  
LA GOURMANDE  
GALETTE DU CHEF

JEUDI | 06  
Jan

Potage lentille corail potiron  
pois cassés

Taboulé aux petits  
légumes marinés

Maquereaux à la tomate

Moules à la crème

Blanquette de volaille

Tortilla de chili aux légumes

Brocolis

Riz pilaf

**Croûte noire**

Carré de l'est

Yaourt nature

Galette des rois frangipane

Fruits de saison Bio

LE JOUR DU **vège**

VENDREDI | 07  
Jan

**Achard de légumes**

carotte, chou blanc, haricot vert  
Duo de riz et macédoine  
sauce mayonnaise

Friand au fromage

Filet de lieu au basilic  
Pépinettes œufs brouillés  
miel et moutarde

Tarte chèvre tomate  
plaque pâte feuilletée, bûchette, tomate

Petits pois carottes  
saveur du midi

Courgettes saveur du jardin

**Saint-Nectaire**

Tomme blanche

Yaourt nature Bio  
Plat Bio

**Fruits de saison Bio**

Tarte au chocolat

Fromage blanc au  
coulis de fruits rouges



Pêche responsable



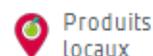
Label Rouge



Végétarien



Nouveauté



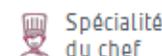
Produits locaux



Poisson frais



App. Origine Pr



Spécialité du chef

Ce menu est cuisiné par  
le chef  
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Ecole Alsacienne

elior

# Au menu cette semaine - Déjeuner

## LE JOUR DU Végé

LUNDI | 10  
Jan

Penne au pesto de persil

Poireaux vinaigrette

Potage tomates vermicelles

Braisé de paleron au jus

Filet de dorade sauce citron 

**Boulette pois chiche méditerranéenne** 

Ratatouille

Riz safrané

Fourme d'Ambert 

Camembert

Yaourt nature

Tarte nid d'abeilles  
aux amandes

Entremets à la vanille

Fruits de saison Bio

MARDI | 11  
Jan

**Céleri rémoulade**

Œufs durs mayonnaise 

Carottes râpées 

**Filet de colin meunière** 

Dahl de lentilles  
corail et pommes de terre 

Steak soja tomate basilic 

Poêlée de légumes  
*haricot vert, chou-fleur, champignon, courgette*

Purée de patates douces 

Rouy

Bûche du Pilat 

Yaourt nature

Roulé au chocolat

Compote de pommes

**Fruits de saison Bio**

MERCREDI | 12  
Jan

Salade de poulet

*feuille de chêne, poulet, Sauce vinaigrette Cam bodge*

Betterave à la vinaigrette

Crostini tomate emmental

Cabillaud à la vanille 

Tajine de poulet aux pruneaux

Semoule méditerranéenne 

Légumes tajine

Semoule berbère

Tomme grise

Comté lait cru 

Yaourt Bio local 

*Plat Bio*

Cannelé

Crème chocolat café 

Fruits de saison Bio

JEUDI | 13  
Jan

Soupe poireaux pommes de  
terre au cantal 

Cake breton 

Chou blanc râpé sauce à l'ail

Filet de loup de mer 

Emincé de dinde  
à la provençale 

Flan blé et courgettes 

Coquillettes à l'emmental

Epinards Bio à la crème

Brie

Bleu

Yaourt de la ferme de  
Grignon local 

Salade de fruits

Gâteau au yaourt à la vanille

Fruits de saison Bio

VENDREDI | 14  
Jan

Salade au cœurs  
de palmier et feta 

Coleslaw 

Taboulé de quinoa 

**Hachis Parmentier** 

Filet de hoki au  
bouillon de légumes Bio

Galette flageolets  
méditerranéenne

Navets braisés

Purée de pommes de terre

Gouda Bio

Saint-Paulin

**Yaourt nature Bio**

*Plat Bio*

Tiramisu du chef 

Gâteau basque

**Fruits de saison Bio**



Pêche  
responsabl



Végé Végétarien



App.  
Origine Pr



Spécialité  
du chef



Produits  
locaux



Nouveauté



Label  
Rouge



Origine  
France

Ce menu est cuisiné par  
le chef  
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Ecole Alsacienne

elior 