

Au menu cette semaine - Déjeuner



LE JOUR DU Végé

LUNDI | 21 Mar

Boulgour à la menthe
Salade de betterave vinaigrette
Pois chiches à la marocaine

Couscous merguez
Couscous végétarien
Filet de hoki

Semoule berbère

Légumes tajine

Montboissier
Carré de l'est
Yaourt nature

Poire Bio sauce chocolat
Crêpe chocolat

Fruits de saison Bio

MARDI | 22 Mar

Salade pépinette tomate confite
Minestrone
Fenouil antipasti

Spaghetti Bio à la bolognaise
Filet de dorade au basilic
Spaghetti sauce primavera

Spaghetti
Piperade

Croûte noire
Gorgonzola AOP
Yaourt nature

Gâteau citron amande
Tiramisu du chef
Fruits de saison Bio

MERCREDI | 23 Mar

Feuilleté de saumon
Endives aux croûtons
Chou rouge vinaigrette

Osso bucco de dinde napolitaine
Filet de lieu à la tapenade
Pizza aux légumes

Ecrasé de pomme de terre
Poêlée aux légumes

Gouda Bio
Bleu des causses AOP
Yaourt nature

Cookie à la noisette
Salade de fruits

Fruits de saison Bio

JEUDI | 24 Mar

Carottes râpées
Cake emmental olives
Salade verte

Dahl de lentilles corail et pommes de terre
Œufs durs gratinés sauce Mornay
Filet de loup de mer à la provençale

Blettes au gratin sauce béchamel
Riz pilaf

Brie
Comté lait cru
Yaourt nature lait entier

Gâteau ananas amande
Fromage blanc à la crème de marrons Bio local
Corbeille de fruits

VENDREDI | 25 Mar

Bouillon coréen au miso
Pommes de terre et œuf dur
Céleri rémoulade

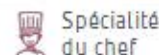
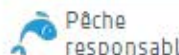
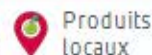
Poulet yassa
Colin à la vanille
Galette flageolets curry sauce soleil
Poêlée de carottes et haricots verts
Riz aux petits légumes

Emmental
Pont l'Evêque
Yaourt nature

Chou à la crème
Compote pommes cassis
Fruits de saison Bio



Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe



sacienne

elior

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