

MENU

SENIORS

JANVIER

La Cuisine centrale se réserve la possibilité de modifier le menu en fonction des arrivages et des contraintes du marché, tout en respectant l'équilibre nutritionnel.

Les plats proposés dans les repas sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : gluten, crustacés, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, graines de sésame, sulfite, lupin et mollusques.

Pour les repas de substitution, une autre viande sera servie.



LUNDI 31

Potage de légumes
Cuisse de poulet rôti
Gratin de brocolis
Tomme blanche
Fruit frais

MARDI 1

Féié

MERCREDI 2

Maquereau à la tomate
Rôti de bœuf
Purée
Yaourt aromatisé
Fruit frais

JEUDI 3

Macédoine et œuf
mayonnaise
Sauté de porc
Haricots verts persillés
Edam
Tarte aux pommes

VENDREDI 4

Pâté de campagne
et cornichon
Blanquette de poisson
Riz pilaf
Yaourt nature
Fruit

LUNDI 7

Poireaux vinaigrette
Pavé de bœuf sauce
roquefort
Tagliatelles
Yaourt aromatisé
Fruit

MARDI 8

Salade de laitue
aux pignons
Couscous sauté d'agneau,
merguez et ses légumes
Gouda
Fruit de saison

MERCREDI 9

Potage à la tomate
Escalope de volaille
à la crème
Haricots beurre
Brie
Fruit au sirop et biscuit

JEUDI 10

REPAS MONTAGNARD
Batavia aux noix
Tartiflette aux lardons
et reblochon
Faisselle aux fruits rouges
Tarte aux myrtilles

VENDREDI 11

Céleri rémoulade
Filet de merlu au citron
Pomme vapeur persillées
Fromage blanc aux fruits
Fruit frais

LUNDI 14

Betterave vinaigrette
Blanquette de veau
Riz créole
Coulommiers
Fruit

MARDI 15

Terrine de lapin
et cornichon
Pavé de saumon
Tortis
Saint-paulin
Fruit frais

MERCREDI 16

Potage de légumes
Goulasch à la Hongroise
Carottes persillées
Cantal
Flan caramel et biscuit

JEUDI 17

Salade batavia et cœur
de palmier
Rôti de porc
Chou-fleur béchamel
Faisselle
Galette des Rois

VENDREDI 18

Endives aux noix
Filet de poisson meunière
et citron
Purée verte
Buche mi-chèvre
Fruit de saison

LUNDI 21

Lentilles à l'échalote
Sauté de porc
Julienne de légumes
Tomme grise
Fruit

MARDI 22

Potage
Pintade au chou
Camembert
Fruit de saison

MERCREDI 23

Salade coleslaw
(carotte, chou blanc)
Sauté de veau
Petits pois
Tomme grise
Semoule au lait et biscuit

JEUDI 24

Endive au bleu
Entrecôte
sauce Bordelaise
Pommes noisettes
Yaourt nature
Fruit frais

VENDREDI 25

Salade batavia
et dés de Tomme noire
Saumonette
sauce Nantua
Riz pilaf
Mousse au chocolat
et biscuit

LUNDI 28

Saucisson sec, beurre,
cornichon
Cuisse de lapin à la moutarde
Pomme vapeur / ratatouille
Yaourt nature
Fruit de saison

MARDI 29

Avocat aux crevettes
Filet de poisson pané
sauce tartare
Pomme vapeur
Tomme blanche
Flan caramel et biscuit

MERCREDI 30

Potage de légumes
Rôti de bœuf
Tortis
Mimolette
Fruit frais

JEUDI 31

Céleri rémoulade
Boudin noir aux pommes
Purée
Fol épi
Tarte aux poires

VENDREDI 1

Carottes râpées aux raisins
Filet de truite aux amandes
Épinards à la crème
Petit suisse
**Crêpe de froment
au sucre**