

**NOUVEAU** un produit **BIO**  
chaque jour !

# MENU

seniors

## JUILLET

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.



LUNDI 6

Tomate et féta  
Paupiette de veau  
Tortis **(BIO)**  
Mousse au chocolat au lait  
et biscuit

MARDI 7

Pastèque  
Saucisse au couteau  
Pommes noisettes  
Faisselle  
Fruit de saison **(BIO)**

MERCREDI 8

Concombre vinaigrette  
Rôti de bœuf  
Julienne de légumes  
Petit filou  
Éclair au café

JEUDI 9

Melon charentais  
Sauté de lapin  
à la moutarde  
Salsifis et carottes  
Yaourt aux fruits  
Tarte au citron

VENDREDI 10

Salade batavia et pignons  
Filet de daurade  
Riz / ratatouille  
Edam **(BIO)**  
Compoté de pommes  
et biscuit

LUNDI 13

Betteraves vinaigrette **(BIO)**  
Calamars à l'armoricaine  
Riz pilaf  
Fromage blanc  
Fruit de saison

MARDI 14

Férial

MERCREDI 15

Salade laitue et  
dés d'emmental  
Couscous poulet / merguez  
et ses légumes  
Faisselle  
Fruit de saison **(BIO)**

JEUDI 16

Pastèque  
Spaghettis à la bolognaise  
Yaourt nature **(BIO)**  
Ananas au sirop  
et biscuit

VENDREDI 17

Melon charentais  
Poisson pané  
sauce tartare et citron  
Pommes vapeur  
Camembert **(BIO)**  
Fruit frais

LUNDI 20

Salade de lentilles  
Pavé de bœuf, sauce poivre  
Haricots verts  
Yaourt aromatisé  
Fruit **(BIO)**

MARDI 21

Melon jaune  
Filet de poisson au citron  
Riz et ratatouille  
Edam **(BIO)**  
Compote Compote de poire  
et biscuit

MERCREDI 22

Salade de tomate à **(BIO)**  
la ciboulette et huile d'olive  
Escalope de volaille  
aux champignons  
Poêlée de légumes d'été  
Petit suisse  
Tarte aux fraises

JEUDI 23

Pastèque  
Jambon blanc  
Taboulé **(BIO)**  
Pyrénées  
Brassens : glace esquimau  
Portage : bavarois aux fruits

VENDREDI 24

Asperges et batavia  
vinaigrette  
Saumonette  
Purée de carottes  
Fromage blanc  
Fruit de saison **(BIO)**

LUNDI 27

Concombre tsatziki **(BIO)**  
Cuisse de poulet  
Coquillettes  
Tomme noire  
Crème au chocolat  
et biscuit

MARDI 28

Tomate mozzarella  
Rôti de bœuf  
Gratin dauphinois  
Faisselle  
Brassens : sorbet aux fruits  
Portage : Mille-feuille

MERCREDI 29

Melon  
Boudin noir aux pommes  
Purée  
Carré de l'est **(BIO)**  
Cocktail de fruits  
et biscuit

JEUDI 30

Salade de pommes de terre  
Pintade rôtie au jus  
Julienne de légumes d'été  
Yaourt nature  
Fruit de saison **(BIO)**

VENDREDI 31

Salade de laitue  
et croûtons  
Filet de hoki  
Haricots verts **(BIO)**  
Bleu d'Auvergne / beurre  
Clafoutis aux cerises