

NOUVEAU un produit **BIO**
chaque jour !

MENU

seniors

MARS

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 1

Artichaut vinaigrette
Pavé de bœuf sauce roquefort
Gratin de pâtes
Yaourt nature **(BIO)**
Compote de pomme
et biscuit

MARDI 2

Laitue vinaigrette
Tomates farcies
Riz à la tomate **(BIO)**
Bûche mi-chèvre
Cheesecake

MERCREDI 3

Betterave rouge
Couscous poulet/merguez
et ses légumes
Cantal
Flan caramel **(BIO)**
et biscuit

JEUDI 4

Salade de pommes de terre
Rôti de porc
Haricots beurre
Livarot
Fruit frais **(BIO)**

VENDREDI 5

Sardine au citron
Blanquette de poisson
Ebly à la tomate
Carré de l'Est **(BIO)**
Fruit frais

LUNDI 8

Radis/beurre
Saucisse au couteau
Lentilles **(BIO)**
Bresse bleu
Cocktail de fruits
et biscuit

MARDI 9

Salade iceberg et croûtons
Pavé de colin sauce citron
Tortis
Edam **(BIO)**
Yaourt aux fruits mixés
et biscuit

MERCREDI 10

Avocat au thon
Aiguillettes de poulet
Printanière de légumes
Fromage blanc **(BIO)**
Fruit frais

JEUDI 11

Carottes râpées au citron
Sauté de veau
sauce barbecue
Haricots verts **(BIO)**
Chaurice
Tarte tatin

VENDREDI 12

Céleri rémoulade
Poisson pané citron
Pomme vapeur persillées
Pyrénées
Flan chocolat **(BIO)**
et biscuit

LUNDI 15

Taboulé
Rôti de porc
Jardinière de légumes
Coulommiers **(BIO)**
Fruit de saison

MARDI 16

Salade batavia et pignons
Cassoulet toulousain
Emmenthal
Compote pomme / figue **(BIO)**
et biscuit

MERCREDI 17

Chou blanc vinaigrette **(BIO)**
Omelette aux pommes
de terre
Faisselle
Flan pâtissier

JEUDI 18

Salade de pâtes **(BIO)**
Poulet rôti
Brocolis
Munster
Fruit

VENDREDI 19

Œuf mayonnaise
Filet de hoky basquaise
Boulgour **(BIO)**
Saint-Nectaire
Fruit frais

LUNDI 22

Betterave vinaigrette
Entrecôte de bœuf béarnaise
Coquillettes **(BIO)**
Comté
Fruit frais

MARDI 23

Salade de lentilles **(BIO)**
Filet de saumon
Gratin de blettes
Yaourt au sucre de canne
Fruit

MERCREDI 24

Tomate et surimi
Sauté de dinde
Riz pilaf **(BIO)**
Mimolette
Tiramisu

JEUDI 25

Carottes râpées à l'orange
Potée au chou vert
Emmenthal **(BIO)**
Liégeois chocolat
et biscuit

VENDREDI 26

Salade de laitue et croûtons
Gratin provençal
(poisson, courgette,
pommes de terre)
Petit suisse nature
Compote pomme/banane **(BIO)**
et biscuit

LUNDI 29

Maquereau à la tomate
Boudin aux pommes
Purée verte
Yaourt nature **(BIO)**
Fruit

MARDI 30

Tomate et fêta **(BIO)**
Choucroute
Alsacienne
Carré de l'est
Ile flottante

MERCREDI 31

Tarte au fromage
Rôti de veau aux champignons
Gratin de pâtes
Fromage blanc
Fruit **(BIO)**

JEUDI 1

Concombre à la menthe
Pintade rôti
Gratin Dauphinois
Camembert **(BIO)**
Flan vanille et biscuit

VENDREDI 2

Salade batavia
et cœur de palmier
Filet de poisson meunière
Épinards à la crème **(BIO)**
Yaourt velouté
Gâteau Basque