

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

# MENU

Seniors

## SEPTEMBRE

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 30**

Saucisson sec, cornichon, beurre  
Sauté de lapin aux pruneaux  
Riz pilaf  
Bresse bleu  
Flan caramel **(BIO)**  
et biscuit

**MARDI 31**

Betterave vinaigrette  
Filet de poisson pané / citron  
Purée d'épinards  
Yaourt aromatisé  
Fruit de saison **(BIO)**

**MERCREDI 1**

Carottes râpées aux raisins  
Tajine d'agneau  
Semoule **(BIO)**  
Saint-paulin  
Mousse au chocolat et biscuit

**JEUDI 2**

Melon charentais  
Pavé de bœuf au poivre  
Tagliatelles  
Fromage blanc nature **(BIO)**  
Fruit de saison

**VENDREDI 3**

Salade de lentilles **(BIO)**  
Filet de hoki sauce agrumes  
Carottes vichy  
Cantal  
Fruit frais

**LUNDI 6**

Tomate vinaigrette  
Cuisse de poulet sauce barbecue  
Pommes sautées à l'ail  
Brie  
Compote pomme/poire **(BIO)**  
et biscuit

**MARDI 7**

Salade de laitue aux pommes  
Rôti de bœuf  
Purée de carottes  
Fromage aux noix  
Fruit de saison **(BIO)**

**MERCREDI 8**

Concombre à la menthe  
Côte de veau  
Haricots verts  
Emmenthal **(BIO)**  
Gâteau de semoule au caramel

**JEUDI 9**

Taboulé **(BIO)**  
Rôti de porc  
Duo de courgettes jaunes et vertes  
Yaourt nature  
Fruit de saison

**VENDREDI 10**

Melon charentais  
Filet de daurade sauce Nantua  
Riz pilaf **(BIO)**  
Faisselle  
Paris-Brest

**LUNDI 13**

Roulé de jambon macédoine mayonnaise et 1/2 œuf dur  
Bolognaise de canard  
Coquillettes  
Yaourt velouté  
Fruit de saison **(BIO)**

**MARDI 14**

Samoussas aux légumes sauce tartare  
Dos de cabillaud  
Pomme vapeur persillées  
Rouy  
Flan vanille **(BIO)**  
et biscuit

**MERCREDI 15**

Tarte au thon  
Rôti de veau au romarin  
Haricots beurre  
Mimolette  
Fruit de saison **(BIO)**

**JEUDI 16**

Melon jaune  
Sauté de porc  
Chou-fleur persillé **(BIO)**  
Livarot  
Flan pâtissier

**VENDREDI 17**

Salade batavia aux croûtons  
Filet de poisson meunière  
Épinards à la crème  
Chèvre bûche **(BIO)**  
Riz au lait et biscuit

**LUNDI 20**

Champignons à la Grecque  
Couscous sauté d'agneau et merguez  
Légumes couscous  
Coulommiers  
Cocktail de fruit **(BIO)**  
et biscuit

**MARDI 21**

Melon charentais  
Entrecôte à la Bordelaise  
Salsifis et brocolis  
Pyrénées  
Fruit de saison **(BIO)**

**MERCREDI 22**

Tomate **(BIO)** et mozzarella  
Omelette  
Pommes de terre roosty  
Yaourt aux fruits mixés  
Langue de chat

**JEUDI 23**

Concombre vinaigrette  
Saucisse chipolatas  
Lentilles  
Saint nectaire  
Flan caramel **(BIO)**  
et biscuit

**VENDREDI 24**

Carottes râpées à l'orange  
Filet de colin à la Bretonne (champignon, poireau, crème)  
Gratin de brocolis **(BIO)**  
Yaourt aromatisé  
Tarte aux prunes

**LUNDI 27**

Taboulé  
Sauté de bœuf au paprika  
Haricots verts persillés  
Edam **(BIO)**  
Fruit de saison

**MARDI 28**

Œuf dur sauce cocktail  
Vol au vent  
Riz pilaf  
Faisselle  
Fruit frais **(BIO)**

**MERCREDI 29**

Tomate **(BIO)** et surimi  
Cassoulet Toulousain  
Mimolette  
Fromage blanc aux fruits et biscuit

**JEUDI 30**

Betterave rouge vinaigrette  
Rôti de porc **(BIO)**  
Riz créole  
Tomme grise  
Fruit de saison

**VENDREDI 1**

Salade Batavia et pignons  
Poisson pané / citron  
Pomme vapeur  
Brie  
Compote pomme/pêche et biscuit **(BIO)**