

Le + un produit **BIO**
chaque jour !

MENU

Seniors

DÉCEMBRE

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 29

Rillettes / cornichon
Pintade au jus
Pomme vapeur
Yaourt aromatisé
Fruit de saison **(BIO)**

MARDI 30

Potage de légumes
Dos de cabillaud
à la Normande
Brocolis persillés
Coulommier **(BIO)**
Flan vanille et biscuit

MERCREDI 1

Avocat au thon
Bavette à l'échalote
Coquillettes
Fromage blanc
Fruit frais **(BIO)**

JEUDI 2

Salade batavia aux croûtons
Sauté de porc marengo
Petits pois **(BIO)**
Bresse bleu
Moelleux au chocolat

VENDREDI 3

Carottes râpées aux raisins **(BIO)**
Pavé de merlu au citron
Riz pilaf
Edam
Fruit

LUNDI 6

Taboulé **(BIO)**
Aiguillettes de poulet
Chou-fleur
Camembert
Fruit

MARDI 7

Potage de légumes verts
Sauté de veau
Champignons et salsifis
Yaourt nature **(BIO)**
Salade de fruits frais

MERCREDI 8

Œuf dur et surimi mayonnaise
Rôti de bœuf
Gratin de blettes
Saint-Paulin **(BIO)**
Riz au lait
et biscuit

JEUDI 9

Endive aux pignons
Choucroute
Alsacienne
Tomme blanche
Flan caramel **(BIO)**
et biscuit

VENDREDI 10

Haricots verts en salade
Filet de saumon à l'oseille
Purée de carottes **(BIO)**
Fromage aux noix
Fruit de saison

LUNDI 13

Betterave rouge
Cuisse de lapin à la moutarde
Haricots beurre
Livarot
Fruit de saison **(BIO)**

MARDI 14

Potage à la tomate
Filet de merlu aux câpres
Gratin de courgettes **(BIO)**
Cantal
Mousse au chocolat
et biscuit

MERCREDI 15

Repas de Noël

JEUDI 16

Asperge vinaigrette
Bouchées de pintade
aux champignons
Endives braisées
Faisselle
Pâtisserie

VENDREDI 17

Salade de pépinettes
Filet de poisson meunière
Épinards à la crème
Saint-Paulin
Fruit frais **(BIO)**

LUNDI 20

Salade de pommes de terre
Cuisse de poulet rôti
Carottes persillées
Buche de hèvre **(BIO)**
Fruit frais

MARDI 21

Potage de légumes
Côte d'agneau
Haricots plats
Yaourt nature
Fruit de saison **(BIO)**

MERCREDI 22

Laitue et cœur de palmier
Spaghettis **(BIO)**
bolognaise gratinées
Carré de l'Est
Liégeois au chocolat
et biscuit

JEUDI 23

Champignons à la Grecque
Rôti de porc
Lentilles
Edam **(BIO)**
Cocktail de fruit
et biscuit

VENDREDI 24

Tarte au fromage
Filet de hoky
Riz à la tomate **(BIO)**
Tomme noire
Fruit

LUNDI 27

Sardine au citron
Couscous agneau et merguez
Semoule
Chaource
Fruit de saison **(BIO)**

MARDI 28

Potage de carotte
et potiron
Tournedos de bœuf au poivre
Petits pois
Yaourt velouté
Fruit **(BIO)**

MERCREDI 29

Endives au bleu
Sauté de dinde
Purée de brocolis
Yaourt aux fruits **(BIO)**
et biscuit

JEUDI 30

Poireau vinaigrette
Cassoulet
Toulousain
Brie
Fruit frais **(BIO)**

VENDREDI 31

Carottes râpées aux
raisins **(BIO)**
Filet de saumon
aux agrumes
Poêlée de légumes d'hiver
Tomme grise
Tarte aux pommes