

Menus du 04 au 29 Novembre 2019



lundi 04 novembre	mardi 05 novembre	mercredi 06 novembre	jeudi 07 novembre	vendredi 08 novembre
Betteraves vinaigrette / Salade d'haricots verts Raviolis (plat complet) Petit suisse nature / Yaourt nature Fruit de saison Δ	Taboulé (semoule) / Salade de riz Haut de cuisse de poulet grillé Gratin de brocolis Pyrénées / Morbier Flan au caramel / Crème vanille	Friand au fromage Omelette Haricots verts Carré frais Compote	Surimi mayonnaise / Œuf dur sauce cocktail Rôti de porc Courgettes béchamel Gouda / Emmental Paris Brest	Concombre vinaigrette / Carottes râpées Brandade de poisson (plat complet) Tartare / Saint Moret Fruit de saison Δ

Dicton du mois de Novembre :
 "Au vingt et un novembre brumeux, hiver rigoureux."

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou des intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du gérant.

Menus visés et adaptés par la diététicienne



lundi 11 novembre	mardi 12 novembre	mercredi 13 novembre	jeudi 14 novembre	vendredi 15 novembre
FERIE	Salade d'haricots verts / Macédoine mayonnaise Sauté de bœuf aux olives Riz Brie / Samos Fruit de saison Δ	Salade de lentilles Escalope de dinde au curry Brunoise de carottes Bûche de chèvre Liégeois vanille	Soupe de légumes / Poireaux vinaigrette Filet de colin à l'aneth Semoule Fromage blanc sucré / Yaourt aromatisé Fruit de saison Δ	Salade de pommes de terre / Salade de pâtes Jambon braisé Chou-fleur béchamel Edam / Gouda Mousse au chocolat / Liégeois au chocolat

Repas d'automne

lundi 18 novembre	mardi 19 novembre	mercredi 20 novembre	jeudi 21 novembre	vendredi 22 novembre
Céleri rémoulade / Salade de chou blanc Saucisse fraîche Petits pois / Carottes Mimolette / Tomme noire Compote Δ	Salade de pâtes / Taboulé (semoule) Filet de poisson meunière Poêlée de légumes Carré fondu / Coulommiers Crème à la vanille / Liégeois caramel	Salade verte Lasagnes bolognaise (plat complet) Tomme grise Fruit de saison	Soupe de courge Haut de cuisse de poulet Riz forestier Camembert Yaourt artisanal à la crème de marron	Carottes râpées / chou-rouge Omelette au fromage Purée pommes de terre / panais Saint Paulin / Pyrénées Fruit de saison Δ



AGROLOCAL
 Mettez de l'Aude dans vos recettes !

Produits régionaux



Produits BIO

Δ : au choix parmi 2



lundi 25 novembre	mardi 26 novembre	mercredi 27 novembre	jeudi 28 novembre	vendredi 29 novembre
Salade de radis / Salade verte Veau marengo Coquillettes + râpé Cantal / Saint Paulin Fruit de saison Δ	Pâté de campagne + cornichon / Saucisson + beurre Filet de poulet à la crème Brocolis Emmental / Gouda Tarte aux pommes	Salade d'haricots verts Sauté de porc aigre-douce Semoule Six de Savoie Fromage blanc aromatisé	Soupe de pois cassés / Salade de pommes de terre Lasagnes de légumes (plat complet) Edam / Camembert Flan au chocolat / Mousse au chocolat	Chou blanc sauce cocktail / Coleslaw Cassolette de poisson aux fruits de mer Potatoes Yaourt sucré / Petit suisse aromatisé Fruit de saison Δ

Menus du 02 au 20 Décembre 2019

Dicton du mois de Décembre :
"Décembre ensoleillé, été mouillé."

lundi 02 décembre	mardi 03 décembre	mercredi 04 décembre	jeudi 05 décembre	vendredi 06 décembre
Pomelos + sucre / Radis + beurre	Oeuf dur mayonnaise / Surimi mayonnaise	Betteraves vinaigrette	Potage crecy (carottes) / Salade d'haricots berre	Crêpe jambon-fromage / Friand au fromage
🍷 Blanquette de porc	Haut de cuisse de poulet 🍷	Hachis parmentier	Chili végétarien	Filet de poisson sauce ciboulette
Semoule 🌿	Epinars béchamel	(plat complet)	Riz 🌿	Fondue de poireaux
Saint Paulin / Cantal	Petit moulé / Saint moret	Yaourt sucré 🌿	Brie / Bûche de chèvre	Mimolette / Morbier
Fromage blanc aromatisé / Yaourt sucré	Banane / Fruit de saison 🌿	Cake marbré	Fruit de saison Δ	Compote Δ 🌿

lundi 09 décembre	mardi 10 décembre	mercredi 11 décembre	jeudi 12 décembre	vendredi 13 décembre
Salade verte / Salade de chou blanc	Salade de riz / Salade de lentilles 🌿	Salade de pâtes 🌿	Salade de radis / Salade d'endives	Rosette + cornichon / Rillettes + cornichon
Knacki	Omelette au fromage	Calamars à la romaine	Sauté de bœuf aux oignons 🍷	Rôti de dinde à la moutarde
Purée de pommes de terre	Petits pois / Carottes	Gratin de brocolis	Frites	Haricots plats persillés
Edam / Gouda 🌿	Tomme grise/ Saint Nectaire	Camembert	Petit suisse sucré / Fromage blanc aromatisé	Rondelé / Chanteneige
Fruit de saison Δ	Mousse au chocolat / Liégeois chocolat	Flan à la vanille	Fruit de saison Δ 🌿	Yaourt sucré / Petit suisse aromatisé 🌿

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou des intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du gérant.



Produits régionaux 🍷 Produits BIO 🌿

Δ : au choix parmi 2



lundi 16 décembre	mardi 17 décembre	mercredi 18 décembre	jeudi 19 décembre	vendredi 20 décembre
Salade de chou-rouge / Carottes râpées	Macédoine mayonnaise / Betteraves vinaigrette	Soupe de légumes	Repas de Noël	
Boules d'agneau à la menthe	Cordon bleu 🍷	Rôti de porc au jus 🍷	Feuilleté festif	
Semoule 🌿	Choux de Bruxelles	Gratin de macaroni	Sauté de dinde aux marrons	
Coulommiers / Kiri	Gouda / Emmental 🌿	Saint Paulin	Haricots verts aux champignons et pommes duchesses	
Fruit de saison Δ	Liégeois au caramel / Flan caramel	Fruit de saison 🌿	Fromage local	
			Bûche de Noël	
			Salade verte / Céleri rémoulade	
			Brandade de poisson	
			(plat complet)	
			Fondu carré / Six de Savoie	
			Compote Δ 🌿	

Menus visés et adaptés par la diététicienne

