



Semaine n°04 - du 22 au 28 Janvier 2018

Cœur Lauraguais

MENU A		
LUNDI	Potage Saint germain Macédoine mayonnaise Blanquette de poisson Polenta Carré fromager Poire L	
	MENU A	
	Potage de légumes Chou blanc vinaigrette Tortis bolognaise (plat complet) *** Coulommiers Compote pomme cassis	
	MENU A	
	Potage de légumes Salade incas Rôti de dinde Poêlée de légumes Fondu président Far breton M	
	MENU A	
Potage de légumes Salade verte P. de terre à la savoyarde* (Plat complet) *** Vache qui rit Purée pomme pruneaux C		
MENU A		
Potage crécy Crêpe au fromage Filet de colin sauce normande Haricots verts persillés Tomme noire Mousse au chocolat au lait		
MENU A		
Potage de légumes Salami* Parmentier de bœuf au potiron (plat complet) *** Yaourt aromatisé Clémentines		
MENU A		
Potage de légumes Salade champêtre* Cuisse de canette rôtie Pommes de terre rissolées Saint Morêt Tarte normande		

MENU B		
LUNDI	Potage Saint germain Salade arlequin Palette de porc à la diable* Duo de carottes Rondelé nature Purée pomme cannelle M	
	MENU B	
	Potage de légumes Salade nicarde Escalope de volaille au jus Epinards béchamel Emmental Liégeois vanille	
	MENU B	
	Potage de légumes Pâté forestier* Poitrine de porc au jus * Penne regate Fromage blanc sucré Pomme L	
	MENU B	
Potage de légumes Salade western Boulettes de bœuf sauce forestière Jardinière de légumes Yaourt nature sucré Orange		
MENU B		
Potage crécy Céleri rémoulade Paupiette de veau sauce tomate Gnocchi Brie Purée de pommes		
MENU B		
Potage de légumes Betteraves échalotes Sauté de dinde au cidre Chou-fleur brocolis Tartare ail et fines herbes Pruneaux rhum orange M		
MENU B		
Potage de légumes Salade de pâtes tricolore Filet de colin sauce agrumes Flan de légumes Mimolette Poire L		

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade arlequin : pomme de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert; Salade blé exotique : Blé, tomate, ananas, maïs, persil; Salade champêtre : chou rouge, lardon, noix; Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec; Salade incas : riz, carotte, maïs; Salade nicarde : pomme de terre, tomate, haricot vert; Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron vert; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert; Salade de pois chiche : pois chiche, tomate, oignon, ail; Salade western : haricot rouge, maïs, poivron rouge, persil

CERTIFIÉ/LABEL

Les volailles sont d'origine française
Le sauté de boeuf provient de notre fournisseur "Lozère Viande"
Le sauté, le rôti de porc et la saucisse proviennent de notre fournisseur "Bousquet" (Aveyron).
Les fruits proviennent des "Vergers du Bosquets" (Tarn) lorsque les approvisionnements le permettent : pomme, poire, kiwi et sont servis selon la disponibilité d'approvisionnement.
Toutes nos purées de fruits maison, sont 100% fruits et sans sucre ajouté.
Les desserts maison sont élaborés sur notre cuisine par le chef et son équipe.





Semaine n°04 - du 22 au 28 Janvier 2018

Cœur Lauraguais

	MENU A	
LUNDI	Potage Saint germain	<input type="checkbox"/>
	Macédoine vinaigrette	
	Blanquette de poisson	
	Polenta	
	Yaourt aromatisé	
	Poire ^L	
MARDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Chou blanc vinaigrette	
	Tortis bolognaise (plat complet)	

	Fromage frais sucré	
	Compote pomme cassis	
MERCREDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade incas	
	Rôti de dinde	
	Poêlée de légumes	
	Yaourt nature	
	Far breton ^M	
JEUDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade verte	
	Omelette aux fines herbes	
	Pommes de terre sautées	
	Gouda sans sel	
	Purée pomme pruneaux [©]	
VENDREDI	Potage crécy	<input type="checkbox"/>
	Salade pastourelle	
	Filet de colin sauce normande	
	Haricots verts persillés	
	Yaourt nature sucré	
	Mousse au chocolat au lait	
SAMEDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade de pois chiches	
	Parmentier de bœuf au potiron (plat complet)	

	Fromage frais nature	
	Clémentines	
DIMANCHE	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade champêtre	
	Cuisse de canette rôtie	
	Pommes de terre rissolées	
	Saint Paulin sans sel	
	Tarte normande	

PAUVRE EN SEL
(plat et cuisson sans sel ajouté)

	MENU B	
LUNDI	Potage Saint germain	<input type="checkbox"/>
	Salade arlequin	
	Sauté de bœuf au jus ^L	
	Duo de carottes	
	Fromage frais nature	
	Purée pomme cannelle ^M	
MARDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade nicarde	
	Escalope de volaille au jus	
	Epinards béchamel	
	Fromage blanc nature	
	Liégeois vanille	
MERCREDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade verte	
	Haché de veau au jus	
	Penne regate	
	Fromage blanc aux fruits	
	Pomme ^L	
JEUDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade western	
	Boulettes de bœuf sauce forestière	
	Jardinière de légumes	
	Yaourt aux fruits	
	Orange	
VENDREDI	Potage crécy	<input type="checkbox"/>
	Céleri vinaigrette	
	Risotto de volaille (plat complet)	

	Yaourt nature	
	Purée de pommes ^M	
SAMEDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Betteraves échalotes	
	Sauté de dinde au cidre	
	Chou-fleur brocolis	
	Fromage blanc nature	
	Pruneaux rhum orange ^M	
DIMANCHE	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade de pâtes tricolore	
	Filet de colin sauce agrumes	
	Flan de légumes	
	Yaourt nature	
	Poire ^L	

* Plat contenant du porc

^L LOCAL ^M MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade arlequin : pomme de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert; Salade blé exotique : Blé, tomate, ananas, maïs, persil; Salade champêtre : chou rouge, lardon, noix; Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec; Salade incas : riz, carotte, maïs; Salade nicarde : pomme de terre, tomate, haricot vert; Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron vert; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert; Salade de pois chiche : pois chiche, tomate, oignon, ail; Salade western : haricot rouge, maïs, poivron rouge, persil

CERTIFIÉ/LABEL

Les volailles sont d'origine française
Le sauté de bœuf provient de notre fournisseur "Lozère Viande"
Le sauté, le rôti de porc et la saucisse proviennent de notre fournisseur "Bousquet" (Aveyron).

Les fruits proviennent des "Vergers du Bosquets" (Tarn) lorsque les approvisionnements le permettent : pomme, poire, kiwi et sont servis selon la disponibilité d'approvisionnement.

Toutes nos purées de fruits maison, sont 100% fruits et sans sucre ajouté.
Les desserts maison sont élaborés sur notre cuisine par le chef et son équipe.



Semaine n°04 - du 22 au 28 Janvier 2018

Cœur Lauraguais

PAUVRE EN SUCRE

	MENU A	
LUNDI	Potage Saint germain	<input type="checkbox"/>
	Macédoine mayonnaise	
	Blanquette de poisson	
	Polenta	
	Carré fromager Poire L	
MARDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Chou blanc vinaigrette	
	Tortis bolognaise (plat complet)	
	*** Coulommiers	
	Kiwi L	
MERCREDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade incas	
	Rôti de dinde	
	Poêlée de légumes	
	Fondu président Pâtisserie édulcorée M	
JEUDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade verte	
	P. de terre à la savoyarde* (Plat complet)	
	*** Vache qui rit	
	Purée pomme pruneaux ©	
VENDREDI	Potage crécy	<input type="checkbox"/>
	Crêpe au fromage	
	Filet de colin sauce normande	
	Haricots verts persillés	
	Tomme noire Banane	
SAMEDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salami*	
	Parmentier de bœuf au potiron (plat complet)	
	*** Yaourt nature	
	Clémentines	
DIMANCHE	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade champêtre*	
	Cuisse de canette rôtie	
	Pommes de terre rissolées	
	Saint Morêt Pâtisserie édulcorée M	

	MENU B	
LUNDI	Potage Saint germain	<input type="checkbox"/>
	Salade arlequin	
	Palette de porc à la diable*	
	Duo de carottes	
	Rondelé nature Purée pomme cannelle M	
MARDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade nicarde	
	Escalope de volaille au jus	
	Epinards béchamel	
	Emmental Entremets chocolat édulcoré M	
MERCREDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Pâté forestier*	
	Poitrine de porc au jus *	
	Penne regate	
	Fromage blanc nature Pomme L	
JEUDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade western	
	Boulettes de bœuf sauce forestière	
	Jardinière de légumes	
	Yaourt nature Orange	
VENDREDI	Potage crécy	<input type="checkbox"/>
	Céleri rémoulade	
	Paupiette de veau sauce tomate	
	Gnocchi	
	Brie Purée de pommes M	
SAMEDI	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Betteraves échalotes	
	Sauté de dinde au cidre	
	Chou-fleur brocolis	
	Tartare ail et fines herbes Purée pomme coing ©	
DIMANCHE	Potage de légumes	<input type="checkbox"/>
	Salade de pâtes tricolore	
	Filet de colin sauce agrumes	
	Flan de légumes	
	Mimolette Poire L	

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade arlequin : pomme de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert; Salade blé exotique : Blé, tomate, ananas, maïs, persil; Salade champêtre : chou rouge, lardon, noix; Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec; Salade incas : riz, carotte, maïs; Salade nicarde : pomme de terre, tomate, haricot vert; Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron vert; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert; Salade de pois chiche : pois chiche, tomate, oignon, ail; Salade western : haricot rouge, maïs, poivron rouge, persil

CERTIFIÉ/LABEL

Les volailles sont d'origine française
Le sauté de boeuf provient de notre fournisseur "Lozère Viande"
Le sauté, le rôti de porc et la saucisse proviennent de notre fournisseur "Bousquet" (Aveyron).
Les fruits proviennent des "Vergers du Bosquets" (Tarn) lorsque les approvisionnements le permettent : pomme, poire, kiwi et sont servis selon la disponibilité d'approvisionnement.

Toutes nos purées de fruits maison, sont 100% fruits et sans sucre ajouté.
Les desserts maison sont élaborés sur notre cuisine par le chef et son équipe.



Semaine n°04 - du 22 au 28 Janvier 2018

Cœur Lauraguais



MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
LUNDI	Potage Saint germain
	Macédoine vinaigrette
	Blanquette de poisson <input type="checkbox"/>
	Polenta
	Yaourt nature
	Poire L
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
MARDI	Potage de légumes
	Chou blanc vinaigrette
	Tortis bolognaise (plat complet) <input type="checkbox"/>

	Fromage frais nature
	Kiwi L
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
MERCREDI	Potage de légumes
	Salade incas
	Rôti de dinde <input type="checkbox"/>
	Poêlée de légumes
	Yaourt nature
	Pâtisserie édulcorée M
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
JEUDI	Potage de légumes
	Salade verte
	Omelette aux fines herbes <input type="checkbox"/>
	Pommes de terre sautées
	Gouda sans sel
	Purée pomme pruneaux ©
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
VENDREDI	Potage crécy
	Salade pastourelle
	Filet de colin sauce normande <input type="checkbox"/>
	Haricots verts persillés
	Fromage frais nature
	Banane
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
SAMEDI	Potage de légumes
	Salade de pois chiches
	Parmentier de bœuf au potiron (plat complet) <input type="checkbox"/>

	Fromage frais nature
	Clémentines
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
DIMANCHE	Potage de légumes
	Salade champêtre
	Cuisse de canette rôtie <input type="checkbox"/>
	Pommes de terre rissolées
	Saint Paulin sans sel
	Pâtisserie édulcorée M

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade arlequin : pomme de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert; Salade blé exotique : Blé, tomate, ananas, maïs, persil; Salade champêtre : chou rouge, lardon, noix; Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec; Salade incas : riz, carotte, maïs; Salade nicarde : pomme de terre, tomate, haricot vert; Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron vert; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert; Salade de pois chiche : pois chiche, tomate, oignon, ail; Salade western : haricot rouge, maïs, poivron rouge, persil

Total MENU

CERTIFIÉ/LABEL

Les volailles sont d'origine **française**

Le sauté de bœuf provient de notre fournisseur "Lozère Viande"

Le sauté, le rôti de porc et la saucisse proviennent de notre fournisseur "Bousquet" (Aveyron).

Les fruits proviennent des "Vergers du Bosquets" (Tarn) lorsque les approvisionnements le permettent : pomme, poire, kiwi et sont servis selon la disponibilité d'approvisionnement.

Toutes nos **purées de fruits maison**, sont 100% fruits et sans sucre ajouté.

Les desserts **maison** sont élaborés sur notre cuisine par le chef et son équipe.

