



Semaine n°51 - du 18 au 24 Décembre 2017

Cœur Lauragais

LUNDI	MENU A	Potage Dubarry Carottes râpées Côte de porc charcutière* Lentilles Yaourt nature sucré Pomme L	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Macédoine mayonnaise Risotto de volaille (Plat complet) *** Coulommiers Clémentines	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade de riz tomate concombre Poitrine de veau farcie au jus Carottes Yaourt aromatisé Tarte aux pommes	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade esaü Rôti de dinde sauce aux marrons Haricots beurre Fondu président Flan nappé caramel	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage au Potiron Salade de pâtes tricolore Hoki pané citron Céleri à la tomate Saint Paulin Kiwi L	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Mortadelle* Echine de porc à la moutarde* Petits-pois Camembert Banane	<input type="checkbox"/>
DIMANCHE	MENU A	Velouté aux champignons Salade coleslaw Parmentier de canard (Plat complet) *** Tartare au poivre Panna cotta au coulis de mangue M	<input type="checkbox"/>

MENU B	Potage Dubarry Pommes de terre échalote Escalope de dinde au jus Haricots verts persillés Emmental Entremets vanille M	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Semoule fantaisie Feuilleté de poisson au beurre blanc Epinards béchamel Saint Morêt Purée pomme raisins secs M	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Pâté de foie* Sauté de porc à l'ancienne* L Polenta Rondelé nature Orange	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Mousse de canard* Chou farci sauce tomate Coquillettes Brie Clémentines	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage au Potiron Betteraves vinaigrette Jambon blanc* Haricots lingots Tartare ail et fines herbes Purée pommes cannelle M	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Salade verte aux croûtons Rôti de bœuf sauce échalotes Penne regate Edam Flan vanille	<input type="checkbox"/>
MENU B	Velouté aux champignons Haricots verts vinaigrette Boulettes d'agneau au curry Poêlée de légumes Tomme noire Pomme L	<input type="checkbox"/>

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Semoule fantaisie : semoule, tomate, petit pois, raisin sec / Salade esaü : lentilles, tomate, œuf dur, échalotes, ail, persil / Salade coleslaw : carottes, chou blanc / salade incas : riz, carottes, maïs / Salade léon : chou fleur, maïs / Salade nantaise : p.de terre, tomate, haricots verts, concombre; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert

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°51 - du 18 au 24 Décembre 2017

Cœur Lauraguais

	MENU A	MENU B
LUNDI	Potage Dubarry Carottes râpées Côte de porc charcutière* Lentilles Fromage blanc aux fruits Pomme L	Potage Dubarry Pommes de terre échalote Escalope de dinde au jus Haricots verts persillés Yaourt nature Entremets vanille M
MARDI	Potage de légumes Macédoine vinaigrette Risotto de volaille (Plat complet) *** Yaourt nature sucré Clémentines	Potage de légumes Semoule fantaisie Steak haché Epinards béchamel Fromage blanc nature Purée pomme raisins secs M
MERCREDI	Potage de légumes Salade de riz tomate concombre Filet de colin sauce berycy Carottes Fromage frais nature Tarte aux pommes	Potage de légumes Salade verte Sauté de porc à l'ancienne* L Polenta Yaourt aux fruits Orange
JEUDI	Potage de légumes Salade esaü Rôti de dinde sauce aux marrons Haricots beurre Gouda sans sel Flan nappé caramel	Potage de légumes Salade de cœur de palmier Gratin de fruits de mer Coquillettes Fromage blanc sucré Clémentines
VENDREDI	Potage au Potiron Salade de pâtes tricolore Jambon blanc sans sel* Céleri à la tomate Fromage blanc nature Kiwi L	Potage au Potiron Betteraves vinaigrette Flan de légumes Purée de brocolis Yaourt aromatisé Purée pommes cannelle M
SAMEDI	Potage de légumes Salade nantaise Echine de porc à la moutarde* Petits-pois Fromage frais sucré Banane	Potage de légumes Salade verte aux croûtons Rôti de bœuf sauce échalotes Penne regate Yaourt nature Flan vanille
DIMANCHE	Velouté aux champignons Salade coleslaw Parmentier de canard (Plat complet) *** Saint Paulin sans sel Panna cotta au coulis de mangue M	Velouté aux champignons Haricots verts vinaigrette Boulettes d'agneau au curry Poêlée de légumes Fromage blanc nature Pomme L

PAUVRE EN SEL
(plat et cuisson sans sel ajouté)

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Semoule fantaisie : semoule, tomate, petit pois, raisin sec / Salade esaü : lentilles, tomate, œuf dur, échalotes, ail, persil / Salade coleslaw : carottes, chou blanc / salade incas : riz, carottes, maïs / Salade léon : chou fleur, maïs / Salade nantaise : p.de terre, tomate, haricots verts, concombre; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert

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°51 - du 18 au 24 Décembre 2017

Cœur Lauraguais

PAUVRE EN SUCRE

	MENU A	
LUNDI	Potage Dubarry Carottes râpées Côte de porc charcutière* Lentilles Yaourt nature Pomme L	<input type="checkbox"/>
MARDI	Potage de légumes Macédoine mayonnaise Risotto de volaille (Plat complet) *** Coulommiers Clémentines	<input type="checkbox"/>
MERCREDI	Potage de légumes Salade de riz tomate concombre Poitrine de veau farcie au jus Carottes Yaourt nature Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
JEUDI	Potage de légumes Salade esaü Rôti de dinde sauce aux marrons Haricots beurre Fondu président Purée de pommes ©	<input type="checkbox"/>
VENDREDI	Potage au Potiron Salade de pâtes tricolore Hoki pané citron Céleri à la tomate Saint Paulin Kiwi L	<input type="checkbox"/>
SAMEDI	Potage de légumes Mortadelle* Echine de porc à la moutarde* Petits-pois Camembert Banane	<input type="checkbox"/>
DIMANCHE	Velouté aux champignons Salade coleslaw Parmentier de canard (Plat complet) *** Tartare au poivre Entremets édulcoré M	<input type="checkbox"/>

	MENU B	
LUNDI	Potage Dubarry Pommes de terre échalote Escalope de dinde au jus Haricots verts persillés Emmental Entremets vanille édulcoré M	<input type="checkbox"/>
MARDI	Potage de légumes Semoule fantaisie Feuilleté de poisson au beurre blanc Epinards béchamel Saint Morêt Purée pomme raisins secs M	<input type="checkbox"/>
MERCREDI	Potage de légumes Pâté de foie* Sauté de porc à l'ancienne* L Polenta Rondelé nature Orange	<input type="checkbox"/>
JEUDI	Potage de légumes Mousse de canard* Chou farci sauce tomate Coquillettes Brie Clémentines	<input type="checkbox"/>
VENDREDI	Potage au Potiron Betteraves vinaigrette Jambon blanc* Haricots lingots Tartare ail et fines herbes Purée pommes cannelle M	<input type="checkbox"/>
SAMEDI	Potage de légumes Salade verte aux croûtons Rôti de bœuf sauce échalotes Penne regate Edam Purée pomme coing ©	<input type="checkbox"/>
DIMANCHE	Velouté aux champignons Haricots verts vinaigrette Boulettes d'agneau au curry Poêlée de légumes Tomme noire Pomme L	<input type="checkbox"/>

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Semoule fantaisie : semoule, tomate, petit pois, raisin sec / Salade esaü : lentilles, tomate, œuf dur, échalotes, ail, persil / Salade coleslaw : carottes, chou blanc / salade incas : riz, carottes, maïs / Salade léon : chou fleur, maïs / Salade nantaise : p.de terre, tomate, haricots verts, concombre; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert

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°51 - du 18 au 24 Décembre 2017

Cœur Lauraguais



MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
LUNDI	Potage Dubarry
	Carottes râpées
	Côte de porc charcutière* <input type="checkbox"/>
	Lentilles
	Fromage blanc nature
Pomme L	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
MARDI	Potage de légumes
	Macédoine vinaigrette
	Risotto de volaille (Plat complet) <input type="checkbox"/>

	Yaourt nature
Clémentines	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
MERCREDI	Potage de légumes
	Salade de riz tomate concombre
	Filet de colin sauce bercy <input type="checkbox"/>
	Carottes
	Fromage frais nature
Pâtisserie édulcorée M	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
JEUDI	Potage de légumes
	Salade esaü
	Rôti de dinde sauce aux marrons <input type="checkbox"/>
	Haricots beurre
	Gouda sans sel
Purée de pommes M	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
VENDREDI	Potage au Potiron
	Salade de pâtes tricolore
	Jambon blanc sans sel* <input type="checkbox"/>
	Céleri à la tomate
	Fromage blanc nature
Kiwi L	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
SAMEDI	Potage de légumes
	Salade nantaise
	Echine de porc à la moutarde* <input type="checkbox"/>
	Petits-pois
	Fromage frais nature
Banane	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
DIMANCHE	Velouté aux champignons
	Salade coleslaw
	Parmentier de canard (Plat complet) <input type="checkbox"/>

	Saint Paulin sans sel
Entremets édulcoré M	

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Semoule fantaisie : semoule, tomate, petit pois, raisin sec / Salade esaü : lentilles, tomate, œuf dur, échalotes, ail, persil / Salade coleslaw : carottes, chou blanc / salade incas : riz, carottes, maïs / Salade léon : chou fleur, maïs / Salade nantaise : p.de terre, tomate, haricots verts, concombre; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert

Total MENU

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°52 - du 25 au 31 Décembre 2017

NOËL

Cœur Lauraguais

LUNDI	MENU A	Velouté d'asperges Pâté en croûte Cuisse de pintade sauce foie gras Pommes paillason Pont L'Evêque Bûche de Noël + Chocolat	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Céleri rémoulade Saucisse de Toulouse* L Lentilles Fraidou Flan chocolat	<input type="checkbox"/>
MARDI	MENU A	Potage de légumes Pâté de campagne* Boulettes de bœuf à l'orientale Pommes de terre rissolées Yaourt nature sucré Compote pomme cassis	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
MERCREDI	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
JEUDI	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
VENDREDI	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
SAMEDI	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
DIMANCHE	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines	<input type="checkbox"/>

MENU B	MENU UNIQUE POUR NOËL (Exceptionnellement pas de régime sans sel et sans sucre) Joyeux Noël !!	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Pommes de terre échalote Emincé de dinde forestière Carottes braisées Bûchette mi-chèvre Pomme L	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Taboulé Omelette Printanière de légumes Coulommiers Banane	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Carottes râpées vinaigrette Coquillettes carbonara* (plat complet) *** Camembert Compote de pommes	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Salade arlequin Poulet rôti Mitronnée de légumes Yaourt nature sucré Kiwi L	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Crêpe au fromage Blanquette de poisson Haricots beurre Brie Orange	<input type="checkbox"/>
MENU B	Haricots verts échalote Rôti de porc au jus* Purée de brocolis Mimolette Kiwi L	<input type="checkbox"/>

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade fraîcheur : riz, tomate, maïs, radis / Salade arlequin : p.de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert / Salade Marco Polo : Pâtes, surimi, poivron rouge / Salade coleslaw : carotte, chou blanc / Salade western : haricots rouge, maïs, poivron rouge, persil; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert

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°52 - du 25 au 31 Décembre 2017

NOËL

Cœur Lauraguais

	MENU A	MENU B
LUNDI	<p>MENU A</p> <p>Velouté d'asperges Pâté en croûte Cuisse de pintade sauce foie gras Pommes paillasson Pont L'Evêque Bûche de Noël + Chocolat</p>	<p>MENU B</p> <p>PAUVRE EN SEL (plat et cuisson sans sel ajouté)</p> <p>MENU UNIQUE POUR NOËL (généralement pas de régime sans sel et sans sucre) Joyeux Noël !!</p>
MARDI	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Céleri vinaigrette Rognons de bœuf sauce mère Lentilles Yaourt aromatisé Flan chocolat</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Pommes de terre échalote Emincé de dinde forestière Carottes braisés Fromage blanc nature Pomme ^L</p>
MERCREDI	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Salade verte Boulettes de bœuf à l'orientale Pommes de terre rissolées Yaourt nature Compote pomme cassis</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Taboulé Omelette Printanière de légumes Fromage blanc aux fruits Banane</p>
JEUDI	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Salade fraîcheur Cake aux légumes ^M Choux fleurs béchamel Gouda sans sel Clémentines</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Carottes râpées vinaigrette Cassolette de poisson Coquillettes Yaourt aromatisé Compote de pommes</p>
VENDREDI	<p>MENU A</p> <p>Potage au pistou Chou fleur vinaigrette Hoki sauce citron Gnocchi Yaourt nature Œuf au lait ^M</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage au pistou Salade arlequin Poulet rôti Mitronnée de légumes Fromage blanc aux fruits Kiwi ^L</p>
SAMEDI	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Pomelos sucré Sauté de bœuf au jus ^L Pommes de terre rissolées Yaourt aux fruits Purée pomme pruneaux ©</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Salade western Blanquette de poisson Haricots beurre Fromage frais nature Orange ^M</p>
DIMANCHE	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Salade Marco Polo Emincé de dinde aux pleurotes Flan de légumes Saint Paulin sans sel Eclair au café</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Haricots verts échalote Rôti de porc au jus* Purée de brocolis Fromage blanc nature Kiwi ^L</p>

* Plat contenant du porc

^L LOCAL ^M MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade fraîcheur : riz, tomate, maïs, radis / Salade arlequin : p. de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert / Salade Marco Polo : Pâtes, surimi, poivron rouge / Salade coleslaw : carotte, chou blanc / Salade western : haricots rouge, maïs, poivron rouge, persil; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert

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°52 - du 25 au 31 Décembre 2017

NOËL

Cœur Lauraguais

PAUVRE EN SUCRE

	MENU A	MENU B
LUNDI	<p>MENU A</p> <p>Velouté d'asperges Pâté en croûte Cuisse de pintade sauce foie gras Pommes paillasson Pont L'Evêque Bûche de Noël + Chocolat</p>	<p>MENU B</p> <p>MENU UNIQUE POUR NOËL (exceptionnellement pas de régime sans sel et sans sucre) Joyeux Noël !!</p>
MARDI	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Céleri rémoulade Saucisse de Toulouse* L Lentilles Fraidou Riz au lait édulcoré M</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Pommes de terre échalote Emincé de dinde forestière Carottes braisés Bûchette mi-chèvre Pomme L</p>
MERCREDI	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Pâté de campagne* Boulettes de bœuf à l'orientale Pommes de terre rissolées Yaourt nature Purée pomme fraise ©</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Taboulé Omelette Printanière de légumes Coulommiers Banane</p>
JEUDI	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Salade fraîcheur Escalope viennoise Choux fleurs béchamel Cotentin Clémentines</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Carottes râpées vinaigrette Coquillettes carbonara* (plat complet) *** Camembert Purée de pommes ©</p>
VENDREDI	<p>MENU A</p> <p>Potage au pistou Saucisson à l'ail * Hoki sauce citron Gnocchi Gouda Œuf au lait sans sucre M</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage au pistou Salade arlequin Poulet rôti Mitronnée de légumes Yaourt nature Kiwi L</p>
SAMEDI	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Pomelos Pommes de terre à la savoyarde* (Plat complet) *** Saint Paulin Purée pomme pruneaux ©</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Crêpe au fromage Blanquette de poisson Haricots beurre Brie Orange</p>
DIMANCHE	<p>MENU A</p> <p>Potage de légumes Salade Marco Polo Emincé de dinde aux pleurotes Flan de légumes Rondelé ail et fines herbes Pâtisserie édulcorée M</p>	<p>MENU B</p> <p>Potage de légumes Haricots verts échalote Rôti de porc au jus* Purée de brocolis Mimolette Kiwi L</p>

* Plat contenant du porc

L

M MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade fraîcheur : riz, tomate, maïs, radis / Salade arlequin : p.de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert / Salade Marco Polo : Pâtes, surimi, poivron rouge / Salade coleslaw : carotte, chou blanc / Salade western : haricots rouge, maïs, poivron rouge, persil; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert

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°52 - du 25 au 31 Décembre 2017

NOËL

NOËL

Cœur Lauraguais



LUNDI	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
Velouté d'asperges	
Pâté en croûte	
Cuisse de pintade sauce foie gras <input type="checkbox"/>	
Pommes paillasson	
Pont L'Evêque	
Bûche de Noël + Chocolat	
MARDI	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
Potage de légumes	
Céleri vinaigrette	
Rognons de bœuf sauce mère <input type="checkbox"/>	
Lentilles	
Yaourt aromatisé	
Riz au lait édulcoré M	
MERCREDI	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
Potage de légumes	
Salade verte	
Boulettes de bœuf à l'orientale <input type="checkbox"/>	
Pommes de terre rissolées	
Yaourt nature	
Purée pomme fraise ©	
JEUDI	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
Potage de légumes	
Salade fraîcheur	
Cake aux légumes M <input type="checkbox"/>	
Choux fleurs béchamel	
Gouda sans sel	
Clémentines	
VENDREDI	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
Potage au pistou	
Chou fleur vinaigrette	
Hoki sauce citron <input type="checkbox"/>	
Gnocchi	
Yaourt nature	
Œuf au lait sans sucre M	
SAMEDI	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
Potage de légumes	
Pomelos sucré	
Sauté de bœuf au jus L <input type="checkbox"/>	
Pommes de terre rissolées	
Yaourt aux fruits	
Purée pomme pruneaux ©	
DIMANCHE	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
Potage de légumes	
Salade Marco Polo	
Emincé de dinde aux pleurotes <input type="checkbox"/>	
Flan de légumes	
Saint Paulin sans sel	
Pâtisserie édulcorée M	

* Plat contenant du porc

L LOCAL M MAISON

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Total MENU

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.

Salade fraîcheur : riz, tomate, maïs, radis / Salade arlequin : p.de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert / Salade Marco Polo : Pâtes, surimi, poivron rouge / Salade coleslaw : carotte, chou blanc / Salade western : haricots rouge, maïs, poivron rouge, persil; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert



Bonne année!

Semaine n°01 - du 1er au 7 Janvier 2018



Ansamble
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Cœur Lauragais

LUNDI	MENU A	Potage Saint Germain Cake chèvre et miel M Filet de saumon au beurre blanc Tagliatelles Fourme d'Ambert Tarte citron meringuée	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Betteraves vinaigrette Echine de porc au jus * Riz pilaf Edam Pomme L	<input type="checkbox"/>
MARDI	MENU A	Potage de légumes Céleri rémoulade Blanquette de volaille Coquillettes Fraidou Compote de pommes	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Museau vinaigrette* Quenelles de veau sauce normande Haricots verts Brie Clémentines	<input type="checkbox"/>
MERCREDI	MENU A	Potage crecy Pâté de foie * Choux-fleurs à la parisienne* (Plat complet) *** Emmental Riz au lait M	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Carottes râpées vinaigrette Poulet sauce suprême Flageolets Gouda Compote pomme fraise	<input type="checkbox"/>
JEUDI	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Galette des rois	<input type="checkbox"/>
VENDREDI	MENU A	Potage de légumes Salade américaine Palette de porc à la diable* L Poêlée de légumes Camembert Flan nappé caramel	<input type="checkbox"/>
	MENU B	Potage de légumes Crêpe au jambon* Filet de colin sauce curry Purée de potiron Pavé 1/2 sel Compote de poire	<input type="checkbox"/>
SAMEDI	MENU A	Potage de légumes Salade verte Hachis-parmentier (Plat complet) *** Vache qui rit Mousse au chocolat au lait	<input type="checkbox"/>
	MENU B	Potage de légumes Salade pastourelle Poitrine de veau sauce crème potiron Blettes persillées Bûchette mi-chèvre Clémentines	<input type="checkbox"/>
DIMANCHE	MENU A	Potage de légumes Salade de riz tomate concombre Sauté de porc au caramel* L Julienne de légumes Saint Morêt Flan chocolat	<input type="checkbox"/>
	MENU B	Potage de légumes Salade de riz tomate concombre Sauté de porc au caramel* L Julienne de légumes Saint Morêt Flan chocolat	<input type="checkbox"/>

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade américaine : p.de terre, tomate, céleri rave, maïs, œuf dur / Salade pastourelle : pâtes, tomate, poivron / Salade lorette : betteraves,mâche / Salade soisson : haricots blancs, tomate, poivron, paprika / Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec / Salade bicolore: carottes, radis

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.

CERTIFIÉ/LABEL





Cœur Lauraguais

	MENU A	MENU B
LUNDI	Potage Saint Germain Cake chèvre et miel M Filet de saumon au beurre blanc Tagliatelles Fourme d'Ambert Tarte citron meringuée	PAUVRE EN SEL (plat et cuisson sans sel ajouté) ... UNIQUE POUR LE NOUVEL AN ... onnellement pas de régime sans sel et sans sucre) Bonne Année !
MARDI	MENU A Potage de légumes Betteraves vinaigrette Echine de porc au jus * Riz pilaf Fromage blanc nature Pomme L	MENU B Potage de légumes Chou fleur vinaigrette Filet de colin sauce curry Purée de potiron Yaourt aux fruits Compote de poire
MERCREDI	MENU A Potage de légumes Céleri vinaigrette Blanquette de volaille Coquillettes Fromage frais nature Compote de pommes	MENU B Potage de légumes Salade américaine Œufs dur béchamel Poêlée de légumes Fromage blanc sucré Flan nappé caramel
JEUDI	MENU A Potage de légumes Salade vendéenne Marmite de poisson basquaise Haricots verts Gouda sans sel Clémentines	MENU B Potage de légumes Salade verte Hachis-parmentier (Plat complet) *** Fromage blanc nature Mousse au chocolat au lait
VENDREDI	MENU A Potage crecy Salade bicolore Choux-fleurs à la parisienne* (Plat complet) *** Yaourt aux fruits Riz au lait M	MENU B Potage crecy Pomelos Colombo de volaille Semoule Fromage frais nature Pomme L
SAMEDI	MENU A Potage de légumes Carottes râpées vinaigrette Poulet sauce suprême Flageolets Fromage blanc sucré Compote pomme fraise	MENU B Potage de légumes Salade pastourielle Estouffade de bœuf Blettes persillées Yaourt nature Clémentines
DIMANCHE	MENU A Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Saint Paulin sans sel Galette des rois	MENU B Potage de légumes Salade de riz tomate concombre Sauté de porc au caramel* L Julienne de légumes Yaourt nature sucré Flan chocolat

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade américaine : p.de terre, tomate, céleri rave, maïs, œuf dur / Salade pastourielle : pâtes, tomate, poivron / Salade lorette : betteraves,mâche / Salade soisson : haricots blancs, tomate, poivron, paprika / Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec / Salade bicolore: carottes, radis

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.



Cœur Lauraguais

PAUVRE EN SUCRE

LUNDI	MENU A	Potage Saint Germain Cake chèvre et miel M Filet de saumon au beurre blanc Tagliatelles Fourme d'Ambert Tarte citron meringuée	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Betteraves vinaigrette Echine de porc au jus * Riz pilaf Edam Pomme L	<input type="checkbox"/>
MARDI	MENU A	Potage de légumes Céleri rémoulade Blanquette de volaille Coquillettes Fraidou Purée de pomme ©	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Museau vinaigrette* Quenelles de veau sauce normande Haricots verts Brie Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
MERCREDI	MENU A	Potage crecy Pâté de foie * Choux-fleurs à la parisienne* (Plat complet) *** Emmental Riz au lait édulcoré M	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Carottes râpées vinaigrette Poulet sauce suprême Flageolets Gouda Purée pomme fraise ©	<input type="checkbox"/>
JEUDI	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
VENDREDI	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
SAMEDI	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
DIMANCHE	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>
	MENU A	Potage de légumes Salade lorette Dos de colin sauce dugleré Purée de pommes de terre Mimolette Pâtisserie édulcorée M	<input type="checkbox"/>

MENU B	MENU UNIQUE POUR LE NOUVEL AN (exceptionnellement pas de régime sans sel et sans sucre) Bonne année 2018 !!	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Crêpe au jambon* Filet de colin sauce curry Purée de potiron Pavé 1/2 sel Purée de poire ©	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Salade américaine Palette de porc à la diable* L Poêlée de légumes Camembert Banane	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Salade verte Hachis-parmentier (Plat complet) *** Vache qui rit Yaourt aux fruits	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage crecy Pomelos Colombo de volaille Semoule Yaourt nature Pomme L	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Salade pastourelle Poitrine de veau sauce crème potiron Blettes persillées Bûchette mi-chèvre Clémentines	<input type="checkbox"/>
MENU B	Potage de légumes Salade de riz tomate concombre Sauté de porc au caramel* L Julienne de légumes Saint Morêt Purée pomme coing ©	<input type="checkbox"/>

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

Total MENU A

Total MENU B

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade américaine : p.de terre, tomate, céleri rave, maïs, œuf dur / Salade pastourelle : pâtes, tomate, poivron / Salade lorette : betteraves,mâche / Salade soisson : haricots blancs, tomate, poivron, paprika / Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec / Salade bicolore: carottes, radis

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

"Bosquet" (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.





Cœur Lauraguais



MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
LUNDI	Potage Saint Germain
	Cake chèvre et miel M
	Filet de saumon au beurre blanc <input type="checkbox"/>
	Tagliatelles
	Fourme d'Ambert
Tarte citron meringuée	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
MARDI	Potage de légumes
	Betteraves vinaigrette
	Echine de porc au jus * <input type="checkbox"/>
	Riz pilaf
	Fromage blanc nature
Pomme L	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
MERCREDI	Potage de légumes
	Céleri vinaigrette
	Blanquette de volaille <input type="checkbox"/>
	Coquillettes
	Fromage frais nature
Purée de pomme ©	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
JEUDI	Potage de légumes
	Salade vendéenne
	Marmite de poisson basquaise <input type="checkbox"/>
	Haricots verts
	Gouda sans sel
Pâtisserie édulcorée M	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
VENDREDI	Potage crecy
	Salade bicolore
	Choux-fleurs à la parisienne* (Plat complet) <input type="checkbox"/>

	Yaourt aux fruits
Riz au lait édulcoré M	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
SAMEDI	Potage de légumes
	Carottes râpées vinaigrette
	Poulet sauce suprême <input type="checkbox"/>
	Flageolets
	Fromage blanc sucré
Purée pomme fraise ©	
MENU PAUVRE EN SEL ET PAUVRE EN SUCRE	
DIMANCHE	Potage de légumes
	Salade lorette
	Dos de colin sauce dugleré <input type="checkbox"/>
	Purée de pommes de terre
	Saint Paulin sans sel
Pâtisserie édulcorée M	

* Plat contenant du porc

L LOCAL **M** MAISON

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade américaine : p.de terre, tomate, céleri rave, maïs, œuf dur /
Salade pastourelle : pâtes, tomate, poivron / Salade lorette :
betteraves,mâche / Salade soisson : haricots blancs, tomate, poivron,
paprika / Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec / Salade bicolore:
carottes, radis

Total MENU

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.