

Menus du portage à domicile, centre de jour Péri et Résidence autonomie P. Sémard*

29

Lundi

Pizza au fromage

Rôti de dinde sauce moutarde

Petits pois au jus

Yaourt nature sur lit de fruits rouges

Orange



30

Mardi

Salade coleslaw

Emincé de bœuf paprika

Purée trois légumes

Emmental

Kiwi



1

Mercredi

Salade de betteraves

Omelette au fromage

Pâtes à la napolitaine

Yaourt nature au lait entier

Cube d'ananas



2

Jeudi

Salade verte

Filet de poisson MSC sauce curry

Riz pilaf

Fromage blanc nature

Crêpe au chocolat



3

Vendredi

Salade de lentilles

Céréales gourmandes

Carottes au jus

Carré du Triève et **Son pain**

Clémentine



4

samedi

Endives lardons et croûtons

Boudin aux pommes

Purée de pomme de terre

Roquefort

Liegeois au chocolat

6

Lundi

Salade de quinoa aux petits légumes

Boulettes sarrasin lentilles

Légumes couscous et pois chiches

Camembert

Poire

7

Mardi

Carottes et betteraves râpées

Rôti de PORC sauce à la diable

Potatoes pop's

Saint Paulin

Crème dessert les 2 vaches chocolat ou vanille



8

Mercredi

Salade verte et endives

Hachis parmentier

Edam

Purée de pomme fraise

9

Jeudi

Salade de brisure de chou fleur sauce fromage blanc

Sauté de veau au jus

Pâtes au beurre

Yaourt du Triève à la fraise

Cubes de mangue



10

Vendredi

Potage

Filet de poisson MSC sauce tomate

Beignets de chou fleur

Petit suisse aromatisé

Orange



11

samedi

Rillettes du Mans (PORC)
Cornichon

Pot au feu (**bœuf**)

Légumes

Tomme de Savoie

Mille-feuille



**13
Lundi**

Rillettes de sardines

Daube de bœuf
À la provençale 

Pommes de terre et patates douces

Saint Nectaire 

Flan vanille nappé caramel

**14
Mardi**

Salade coleslaw

Bolognaise aux lentilles

Spaghettis au beurre

Fromage blanc

Pomme 

**15
Mercredi**

Salade de betteraves et vinaigrette

Tomate farcie viande

Riz

Tomme de brebis

Banane

**16
Jeudi** 

Salade de riz façon niçoise

Filet de poisson MSC
Corn flakes 

Trio de légumes 

Petits suisse fruités

Salade de fruits frais

**17
Vendredi**

Salade composée (croûtons, dés mimolette, noix)

Sauté de poulet **Label Rouge**

Pommes duchesses 

Bûche au chocolat

**18
samedi**

Céleri rémoulade

Esclope viennoise

Pâtes au beurre

Brie de Meaux

Fruit



*Toutes l'équipe de la cuisine centrale
Vous souhaite de bonnes fêtes !*



LEGENDE :

Viandes de France

Produits issus de l'agriculture biologique

Produits locaux

Autres produits labellisés : Label rouge, MSC, AOC, AOP, Global Gap...


Nouveauté ! Les sauces salade sont désormais « faites maison »

** Les menus sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifiés en fonction de l'approvisionnement de la cuisine centrale.*