

Menus des foyers et du portage à domicile

Septembre 2018

Légende :

Viande bovine française

Produits locaux

Agriculture biologique

* Porc

3 Lundi Carottes râpées citron Poisson meunière Epinards et pommes de terre béchamel Tomme de Savoie Compote de pommes	4 Mardi Taboulé à la menthe Omelette nature Haricots verts persillés Brie Fruit de saison	5 Mercredi Melon Emincé de bœuf Steak du fromager Polente crémeuse Yaourt aux fruits Fruit de saison	6 Jeudi Tomates en salade Boullgour pilaf Curry de Lentilles corail Saint Paulin Crème dessert vanille	7 Vendredi Pizza au fromage Sauté de porc au jus Filet de poisson sauce hollandaise Courgettes à la provençale Yaourt nature Fruit de saison	8 Samedi Avocat vinaigrette Cuisse de poulet au jus Pâtes au beurre Saint Marcelin Eclair au café
10 Lundi Salade de haricots rouges et blancs Gigot d'agneau Omelette nature Légumes couscous Edam Eclair au chocolat	11 Mardi Salade verte aux croûtons Cube de saumon à la crème Pennes au beurre Fromage blanc nature au lait entier Fruit de saison	12 Mercredi Salade de riz Emincé de volaille aux olives Filet de poisson sauce champignons Chou fleur persillé Petits suisse aux fruits Abricots au sirop	13 Jeudi Betteraves rouges et maïs Petit épeautre pilaf Ratatouille Yaourt nature Banane	14 Vendredi Asperges vinaigrette Brandade de poisson Brique du Vercors et son pain de campagne Fruit de saison	15 Samedi Pâté de campagne Côte de veau Flageolets au jus Fruit de saison
17 Lundi Salade de pois chiches Gardiane de bœuf Oeufs durs sauce béchamel Haricots beurre persillés Bleu de sassenage et son pain bio Fruit de saison	18 Mardi Tomates en salade Paëlla aux poissons Fromage blanc nature Tarte aux pommes	19 Mercredi Pomelos Rôti de porc* Steak végétal Gratin de brocolis Yaourt aromatisé Pêches au sirop	20 Jeudi Concombre sauce fromage blanc Semoule à l'huile d'olive Courgettes à la tomate Yaourt nature Salade de fruits	21 Vendredi Céleri rémoulade Sauté de veau aux olives Poisson meunière Choux-fleurs en gratin et pommes de terre Edam Fruit de saison	23 Samedi Salade verte Andouillette sauce moutarde Carottes sautées Reblochon Paris Brest
24 Lundi Quiche Lorraine Pizza aux fromage Filet de truite à la Grenobloise Haricots verts persillés Yaourt aromatisé Fruit de saison	25 Mardi Salade façon niçoise Sauté de sot l'y laisse aux champignons Quenelles sauce champignons Crozets à la crème Camembert Fruit de saison	26 Mercredi Fenouil vinaigrette Steak haché de bœuf Steak végétal Poêlée de légumes et pommes de terre Gouda Mille-feuilles	27 Jeudi Salade de fèves Riz trois continents Lentilles corail à la tomate Yaourt nature Crème dessert chocolat	28 Vendredi Melon Gratin de poisson Quinoa pilaf Reblochon et son pain aux céréales Banane	29 Samedi Salade verte aux croûtons Tripes à la tomate Pommes vapeur Fromage de chèvre Compote de pommes