



Menus des foyers et du portage à domicile

Légende :

Viande bovine française

Produits locaux

Agriculture biologique

* Porc



Octobre 2018

1 Lundi	2 Mardi	3 Mercredi	4 Jeudi	5 Vendredi	6 Samedi
Salade de riz	Pâté en croûte de volaille Terrine de légumes	Céleri rémoulade	Salade verte	Salade de coeur d'artichaut	Pâté de campagne
Sauté de porc sauce moutarde* Poisson meunière	Quenelle sauce mornay	Rôti de bœuf au jus Oeufs brouillés	Semoule à l'huile d'olive	Poisson sauce dieppoise	Côtes de porc sauce charcuterie*
Haricots beurre	Poêlée de chou-fleur et pommes de terre	Pâtes au beurre	Légumes de couscous	Riz créole	Chou de Bruxelles au jus
Vache qui rit	Fromage blanc	Saint Marcellin	Bleu du Vercors et son pain de campagne	Emmental	Camembert
Fruit de saison	Banane	Poires au sirop	Fruit de saison	Crème dessert chocolat	Fruit de saison
8 Lundi	9 Mardi	10 Mercredi	11 Jeudi	12 Vendredi	13 Samedi
Concombre et dès de fêta	Carottes râpées	Friand au fromage	Salade de chou rouge	Salade de haricots blancs	Sardines au citron
Sauté de lapin au jus Cubes de poisson sauce crème	Omelette au fromage	Steak haché de veau Steak végétal	Quinoa pilaf	Colin sauce bonne femme	Escalope viennoise
Courgettes et pommes de terre aux épices	Coeur de blé	Haricots verts persillés	Julienne de légumes	Brocolis persillés	Poêlée de légumes
Verchicors et son pain	Petit Suisse aux fruits	Mini babybel	Fromage blanc	Camembert	Fromage de chèvre
Flan vanille	Fruit de saison	Salade de fruits	Tarte au flan	Fruit de saison	Tarte au citron

15 Lundi Radis au beurre  Emincé de bœuf mironton Cubes de poisson sauce tomate Pommes noisettes Petits Suisse nature Cocktail de fruits	16 Mardi Crêpe au fromage Chipolatas grillées Omelette nature Ratatouille Carré frais Fruit de saison	17 Mercredi Macédoine de légumes Poisson au pesto Pommes boulangères Emmental Fruit de saison	18 Jeudi Salade de pommes de terre Boulettes de pois chiches Courgettes à la provençale Carré de l'Est Banane	19 Vendredi Salade verte aux noix Navarin d'agneau  Quenelles sauce tomate Duo de carottes et navets  Tomme de Savoie et son pain aux céréales  Flan vanille	20 Samedi Asperges vinaigrette Paupiette de veau Pâtes au beurre Bleu Fruit de saison
22 Lundi Salade de riz Omelettes piperade Petits pois au jus Tomme noire Fruit de saison	23 Mardi Tarte aux poireaux Poisson meunière Poêlée de légumes et pommes de terre Fromage blanc  Banane	24 Mercredi Asperges vinaigrette  Blanquette de veau Steak végétal Riz pilaf Carré de l'Est Compote de pêche	25 Jeudi Salade de fèves Petit épeautre pilaf  Carottes braisées  Tartare  Fruit de saison	26 Vendredi Betteraves rouges Raviolis de bœuf à la tomate Raviolis de saumon à la tomate Saint Marcelin et son pain  Liégeois aux fruits	27 Samedi Endives en salade Filet de truite meunière Gratin dauphinois Emmental Banane
29 Lundi Salade verte Cordon bleu Chou-fleur sauté  Saint Nectaire et son pain de campagne Crème dessert caramel	30 Mardi Salade de coeur de palmier Emincé de porc*  Polente aux légumes Fromage Fruit de saison	31 Mercredi Macédoine de légumes Brandade de poisson Edam Fruit de saison	1 Jeudi Endives mimolette Chili sin carné  Boulgour  Yaourt aux fruits Cocktails de fruits	2 Vendredi Poireaux vinaigrette Nuggets de poisson Gratin de carottes et pommes de terre Petit Suisse nature au lait entier Tarte aux pommes	3 Samedi Mortadelle cornichons Caillette au jus  Jardinière de légumes Saint Marcellin  Île Flottante