

Au menu cette semaine - Déjeuner

LUNDI | 05
Oct

Salade bar

Omelette au fromage



Beignet de calamars
à la romaine sauce aïoli

Riz à la sauce tomate

Céleri braisé

Fromage blanc

Yaourt nature sucré

Edam

Petit moulé

Fruit

Compote de pommes et bananes



Tarte au chocolat

Smoothie à la framboise

MARDI | 06
Oct

Salade bar

Boulettes de bœuf au curry

Poisson en papillote

Choux-fleurs persillés

Lentilles

Gouda

Emmental

Fromage fondu à l'emmental

Yaourt nature sucré

Flan pâtissier

Cake à l'orange



Fruit

Fromage blanc spéculoos et lemon curd

MERCREDI | 07
Oct

Salade bar

Gigot de mouton au thym

Brick croustillante de poisson
(feuille de brick, coq, Oignon, jus de citron, ail)

Haricots verts flageolets

Flageolets à la crème

Brie

Carré de l'Est

Cotentin

Yaourt nature sucré

Œufs en neige au caramel

Duo entremets au chocolat et vanille

Gâteau au citron

Fruit

JEUDI | 08
Oct

Salade bar

Poulet yassa

Duo de poissons

Carottes vichy

Semoule berbère

Fraidou

Petit moulé ail et fines herbes

Camembert

Yaourt nature sucré

Fruit

Cake aux quetsches

Salade de fruits tropicale

Entremets au citron

VENDREDI | 09
Oct

Salade bar

Moules gratinées

Spaghetti à l'espagnole
(chorizo, emmental, spaghetti, ratatouille, jambon, sauce tomate)

Spaghettis

Epinards à l'indienne
(épinard, crème)

Yaourt nature sucré

Yaourt aromatisé

Coulommiers

Fondu Président

Compote de pommes et bananes

Abricots à la crème anglaise

Rose des sables

Fruit



Vége Végétarien



Spécialité
du chef

Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

SELF MONTPLAISIR

elior

Au menu cette semaine - Déjeuner

LUNDI | 12 Oct

Salade bar

Rôti de porc au jus

Pavé de colin sauce normande

Riz à la sauce tomate

Ratatouille

Yaourt aromatisé

Yaourt nature sucré

Petit moulé ail et fines herbes

Carré de l'Est

Fruit

Compotée pommes crumble

Entremets à la vanille

Rocher coco chocolat

MARDI | 13 Oct

Salade bar

Sauté de bœuf aux carottes

Chicken wings rôtis

Duo de poissons

Navets saveur du midi

Coquillettes Bio

Camembert

Tomme blanche

Chantilly au munster sur croûton

Yaourt nature sucré

Moelleux aux pommes et spéculoos

Fruit

Panna cotta au fromage blanc aux pommes

Compote de pommes et bananes

MERCREDI | 14 Oct

Salade bar

Poulet sauce Montboissier

Boudin noir aux pommes

Petits pois à la française

Ecrasé de pommes de terre

Edam

Saint-Paulin

Fondu Président

Yaourt nature sucré

Gâteau de riz

Moelleux au citron

Fruit



JEUDI | 15 Oct

Onion rings sauce basilic

Salade bar

Cheeseburger

Fish burger

Potatoes spicy

Duo de haricots verts et haricots beurrés

Fromage frais nature sucré

Yaourt nature sucré

Pave 1/2 sel

Brie

Fruit

Banana bread

œuf, fromage blanc, levure, banane

Salade de fruits tropicale

Donuts au sucre

Muffin aux pommes et chocolat (DD)

VENDREDI | 16 Oct

Salade bar

Filet de colin

Saucisse de Francfort

Purée de pommes de terre

Choux-fleurs persillés

Cotentin

Petit moulé

Gouda

Yaourt nature sucré

Compote de pommes

Cake aux carottes

Fruit



Nouveauté



Spécialité du chef



Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

SELF MONTPLAISIR



Au menu cette semaine - Déjeuner

LE JOUR DU  **Vege**

LUNDI | 19
Oct

Potage à la paysanne
purée céleri, pommes de terre, crème, carotte

Cervelas à la vinaigrette

Salade verte aux croûtons

**Pennes veg haricots
paprika coco**

 **Vege**

Echine de porc

Penne

Méli-Mélo caldoche
courgette, patate douce, haricot rouge, maïs, tomate

Pave 1/2 sel

Fondu Président

Yaourt nature sucré

Fruit

Compote pomme fraise

Mousse aux spéculoos

MARDI | 20
Oct

Carottes râpées vinaigrette

Penne du soleil
penne, jambon, assaisonnement du soleil

Céleri rémoulade

Boulettes kefta au cumin

Tajine de poulet aux dattes

Légumes tajine

Boulgour aux petits légumes

Fromage blanc

Petit moulé ail et fines herbes

Yaourt nature sucré

Moelleux au caramel



Barre bretonne

Corbeille de fruits

MERCREDI | 21
Oct

Tartare de tomates

Salade douceur
carotte, fraise, betterave, chou blanc, vinaigrette

Pâté de foie

Paëlla aux poissons

Omelette nature

Riz créole

Petits pois

Brie

Carré de l'Est

Yaourt nature sucré

Compote de pommes

Compote de poires

Corbeille de fruits

JEUDI | 22
Oct

Iceberg vinaigrette orientale

Chou à l'indienne
chou blanc, noix de coco, vinaigrette

Houmous et mouillettes

Cordon bleu

Filet de lieu sauce provençale

Ratatouille et semoule

Semoule berbère

Gouda

Mimolette

Yaourt nature sucré

Flan nappé au caramel

Smoothie ananas

Corbeille de fruits

VENDREDI | 23
Oct

Saucisson à l'ail fumé

Œufs durs sauce piccalilli
œuf, sauce piccalilli



Endives en salade et citron

Pavé de colin sauce Nantua

Hachis Parmentier

Purée de pommes de terre

Carottes rondelles

Yaourt aromatisé

Yaourt nature sucré

Fraidou

Corbeille de fruits

Compotée de rhubarbe meringuée



Mousse aux spéculoos



 **Vege** Végétarien



**Spécialité
du chef**



Nouveauté

Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

SELF MONTPLAISIR

elior 

Au menu cette semaine - Déjeuner

LE JOUR DU 

LUNDI | 26
Oct

Betteraves à la vinaigrette

Chou-fleur sauce aurore

Salade de pommes de terre

Sauté de dinde sauce pois cassés

Riz méditerranéen

tomate, courgette, et riz, lentilles



Riz créole

Julienne de légumes saveur antillaise

Yaourt aromatisé

Yaourt nature sucré

Camembert

Corbeille de fruits

Pomme au four

Mille-feuille à la vanille

MARDI | 27
Oct

Salade choubidou

chou rouge, rosal, huile, moutarde, cassis

Salade verte au maïs

Penne et ratatouille sauce du soleil

Galopin de veau au poivre

Filet de colin sauce à l'orange


Haricots beurre en persillade

Semoule aux petits légumes

Fromage fondu à l'emmental

Fraidou

Yaourt nature sucré

Cake aux chocolats blanc et noir 

Gaufre fantasia

Corbeille de fruits

MERCREDI | 28
Oct

Rillettes à la sardine

Roulade aux olives

Concombre à la pékinoise

concombre, ciboulette, carotte, radis, persil

Crêpe jambon fromage

Accras de morue

Fondue de poireaux


Macaroni saveur antillaise

Edam

Saint-Paulin

Yaourt nature sucré

Corbeille de fruits

Entremets chocolat 

Compote de pommes

JEUDI | 29
Oct

Iceberg à la vinaigrette du terroir

Céleri rémoulade

Taboulé méridional

couscous, tomate, concombre, poivron, maïs, basilic

Omelette aux pommes de terre

Rôti de dinde au jus

Purée et gratin de brocolis

Purée de pommes de terre

Brie

Coulommiers

Yaourt nature sucré

Ananas sirop épicé

Compote de pommes

Corbeille de fruits

VENDREDI | 30
Oct

Potage de légumes mijotés

Dips de carottes et céleri sauce aneth

Saucisson à l'ail fumé

Spaghetti aux fruits de mer

Boulettes de bœuf sauce tomate

Spaghettis

Courgettes saveur du jardin

Fromage frais nature sucré

Emmental

Yaourt nature sucré

Fruit

Entremets au caramel

Rocher coco chocolat



 Végétarien



Spécialité
du chef

Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

SELF MONTPLAISIR

elior 