

Menus du 7 au 11 novembre 2022

| lundi 7 | mardi 8 | mercredi 9 | jeudi 10 | vendredi 11 |
|---|--|------------|--|-------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves aux pommes ● Boulette de bœuf sauce champignons ● Penne rigate semi-complète ● Fromage ● Entremet chocolat | <ul style="list-style-type: none"> ● Céleri râpé crème curry ● Semoule aux pois chiches ● Légumes* couscous d'automne au bouillon ● Fromage ● Gâteau haricots | | <ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de butternut ● Gratin de pommes de terre au saumon et aneth ● Salade verte ● Fromage ● Fruit de saison | |

* Potimarron, carottes, navets, oignons.

Menus du 14 au 18 novembre 2022

Le tour de France des régions

| lundi 14 | mardi 15 | mercredi 16 | jeudi 17 | vendredi 18 |
|---|--|-------------|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Salade aux dés de fromage et croûtons ● Chipolatas grillées ● Lentilles aux dés de carottes ● Smoothie ● Aux fruits | <ul style="list-style-type: none"> ● Crème Dubarry ● Bœuf Bourguignon ● Semoule ● Fromage ● Fruit de saison | | <ul style="list-style-type: none"> ● Pommes de terre nordistes ● Quiche au Maroilles ● Salade de chicons ● Compote pommes coings ● Spéculos | <ul style="list-style-type: none"> ● Pâté de campagne breton ● Filet de poisson frais à la crème ● Fondue de poireaux et riz ● Fromage ● Fruit de saison |

* Pommes de terre, fromage blanc, moutarde à l'ancienne, échalote.

Région Hauts-de-France

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : les **viandes** entières de **porc**, de **bœuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.

Menus du 21 au 25 novembre 2022

| lundi 21 | mardi 22 | mercredi 23 | jeudi 24 | vendredi 25 |
|--|---|-------------|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de lentilles corail (lentilles corail, carottes, oignons, crème) ● Macaronis ● Sauce tomate* ● Fromage ● Fruit de saison | <ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé oriental ● Poulet rôti ● Haricots verts à la forestière ● Fromage ● Cocktail de fruits au sirop | | <ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves à l'échalote ● Tartiflette ● Salade verte ● Yaourt sucré ● Fruit de saison | <ul style="list-style-type: none"> ● Salade de chou chinois au jambon ● Filet de poisson frais sauce potiron ● Blé tendre ● Crème anglaise ● Gâteau d'anniversaire |

* Concassée de tomates, oignons, purée de pois chiches, ail, cumin.

* Boulgour, dés de tomates, poivrons jaunes, olives émincées, vinaigrette.

Menus du 28 novembre au 2 décembre 2022

| lundi 28 | mardi 29 | mercredi 30 | jeudi 1 | vendredi 2 |
|---|--|-------------|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ● Bœuf aux olives ● Carottes vichy ● Fromage blanc ● Fruit de saison | <ul style="list-style-type: none"> ● Potage de légumes ● Colombo de moules à la crème ● Riz basmati ● Fromage ● Crêpe de froment sucrée | | <ul style="list-style-type: none"> ● Salade de pommes de terre* ● Sauté de porc à la coriandre ● Petits pois ● Fromage ● Yaourt aromatisé | <ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées ● Ty pavé végétal Savoyard* ● Salade vinaigrette balsamique ● Petit suisse sucré ● Fruit de saison |

* Pdt, cervelas, cornichons, échalote, vinaigrette.

* Savoyard = sauce béchamel, crozets au sarrasin, raclette.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : les viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille sont 100% françaises. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.

Menus du 5 au 9 décembre 2022

| lundi 5 | mardi 6 | mercredi 7 | jeudi 8 | vendredi 9 |
|--|--|------------|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Céleri rémoulade Sauté de dinde vallée d'Auge Pomme de terre et brocolis Fromage Fruit de saison | <ul style="list-style-type: none"> Betteraves aux poires Lasagnes à la bolognaise Salade verte Panna cotta Au coulis de fruits rouges | | <ul style="list-style-type: none"> Œuf dur mayonnaise Galette de blé noir sauce mornay Julienne de légumes* Fromage Fruit de saison | <ul style="list-style-type: none"> Bouillon de bœuf vermicelle Jambon grillé sauce champignons Haricots beurre persillés Fromage Gâteau d'anniversaire |

* Carottes oranges, céleri rave, carottes jaunes, oignons, ail, huile d'olive.

Menus du 12 au 16 décembre 2022

| lundi 12 | mardi 13 | mercredi 14 | jeudi 15 | vendredi 16 |
|--|--|-------------|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Taboulé aux fruits secs Poisson pané Chou fleur béchamel Fromage Fruit de saison | <ul style="list-style-type: none"> Velouté de légumes Omelette sauce provençale Coquillettes Fromage Crème dessert à la vanille | | <p style="text-align: center;">Repas de Noël</p> <ul style="list-style-type: none"> Mousse de canard Filet mignon de porc au miel et romarin Pomme duchesse Buche revisitée et crème anglaise Clémentine | <ul style="list-style-type: none"> Salade multicolore* Boulettes d'agneau Crème de carottes au cumin Fromage blanc sur lit de Compote de pommes |

* Tortis multicolores, dés de mimolette, maïs, vinaigrette.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



Cuisine maison : les **viandes** entières de **porc**, de **boeuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

Allergies et intolérances : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.