

Menus de Janvier 2014

Self



Lundi 06 Janvier EIPHANIE

- Mélange de saison vinaigrette à l'huile d'olive de Mouriers ou Endives vinaigrette à l'huile d'olive de Mouriers
- Bolognaise de boeuf / Bolognaise au thon *
- Tortis aux petits légumes et emmental râpé
- Saint Nectaire AOP ou Tome noire
- Gâteau des rois ou Galette à la frangipane

Mardi 13 Janvier

- Pennes au curry et salade mélangée ou Taboulé à la semoule et salade mélangée
- Filet de poisson pané
- Chou-fleur béchamel au curcuma
- Rondelé à la fleur de sel ou Rondelé au bleu
- Ananas au sirop léger ou Cocktail de fruits au sirop léger

Lundi 20 Janvier

- Betteraves vinaigrette à l'ail ou Chou-fleur au coulis de tomate basilic
- Chili con carne / Colin façon chili*
- Riz de Camargue aux petits légumes
- Lait gélifié goût vanille ou Lait gélifié au chocolat
- Fruits de saison au choix

Lundi 27 Janvier

- Macédoine de légumes vinaigrette crémeuse ou Cœurs de palmiers vinaigrette crémeuse
- Raviolis aux quatre fromages et emmental râpé
- Petit moulé ail et fines herbes ou Petit cotentin
- Fruits de saison au choix

Mardi 07 Janvier

- Pois chiche au cumin ou Lentilles en salade
- Haché de poulet rôti / Calamars à la Romaine*
- Carottes fraîches persillées
- Fromage frais sucré ou Petits suisses sucrés
- Fruits de saison au choix

Mardi 14 Janvier

- Pâté en croûte** / Rillettes de sardines*
- Sauté de dinde au citron / Omelette au fromage*
- Haricots verts persillés
- Petits suisses sucrés ou Fromage frais sucré
- Fruits de saison au choix

Mardi 21 Janvier

- Boulgour en salade et mélange de saison Coquillettes et mélange de saison
- Poulet rôti / Omelette nature*
- Duo de carottes et navets persillés
- Coulommiers ou Brie
- Compote pommes-bananes ou Compote pommes vanille

Mardi 28 Janvier

- Haricots verts aux oignons ou Brocolis au coulis de tomate basilic
- Fricassée de volaille à la forestière / Colin à la forestière*
- Pommes dauphines
- Gouda ou Tome noire
- Fruits de saison au choix

Jeudi 09 Janvier

- Salade de blé Tex Mex ou Boulgour méditerranéen
- Œufs durs
- A la Florentine
- Gouda ou Edam
- Fruits de saison au choix

Jeudi 16 Janvier

- Cœurs de palmier en salade ou Fonds d'artichaut vinaigrette
- Goulash / Colin façon goulash *
- Polenta
- Camembert ou Carré
- Fruits de saison au choix

Jeudi 23 Janvier

- Salade iceberg ou Salade kouki
- Agneau aux épices / Cœur de merlu aux épices*
- Flageolets à l'ail
- Cœur de dame ou Tome blanche
- Purée pommes-poires ou Purée de pommes

Jeudi 30 Janvier

- Mélange de saison ou Chou rouge au vinaigre de framboise
- Estouffade de boeuf / Merlu à l'oseille*
- Blé aux petits légumes
- Yaourt nature sucré ou Yaourt aromatisé à la fraise
- Fruits de saison au choix

Vendredi 10 Janvier

- Betteraves vinaigrette à l'ail ou Brocolis au coulis de tomate basilic
- Bouillabaisse des enfants
- Avec pommes de terre, rouille et croûtons
- Brie ou Coulommiers
- Fruits de saison au choix

Vendredi 17 Janvier

- Carottes râpées ou Pomelos
- Colin sauce Armoricaïne
- Pommes de terre persillées
- Mimolette ou Saint Paulin
- Purée de pommes ou Purée pommes-poires

Vendredi 24 Janvier LA PROVENCE

- Cake aux olives ou Tarte aux poireaux
- Colin au basilic
- Haricots beurre à l'huile d'olive
- Fromage frais aux fruits ou Fromage frais sucré
- Fruits de saison au choix

Vendredi 31 Janvier ANNIVERSAIRES

- Taboulé à la semoule et pamplemousse ou Boulgour et pamplemousse
- Colin sauce catalane
- Carottes fraîches persillées
- Fraidou ou Six de Savoie
- Clafouti pêche amande ou Clafouti poire amande



*Adaptation repas sans viande

** Adaptation variante : Rillettes de sardines