

DEJEUNER SANS SUCRE AJOUTE (NON STRICT)

NOM:..... PRENOM:..... COMMUNE:.....

Pour des raisons d'organisation, nous vous remercions de nous retourner vos menus au plus tôt.

En cas de non-retour avant le 05 du mois précédent, le menu sera validé automatiquement.

*** Pour toute absence exceptionnelle, veuillez nous contacter ***

COMMENT COMMANDER?

Sur le menu:

1- Rayez les jours sans plateau repas.

2- Si un plat ne vous convient pas, rayez-le et indiquez dans la case du jour

le numéro de l'élément que vous avez choisi dans la carte fixe de remplacement.

Vous pouvez commander de façon régulière ou occasionnelle, par jour, pour la semaine et/ou pour le week-end.

CARTE FIXE DE REMPLACEMENT

ENTRÉES :

- 1- Salade de tomates fraîches «Maison» sans sel ajouté (dosette vinaigrette)
- 2- Salade de betteraves fraîches «Maison» sans sel ajouté (vinaigrette « Maison »)
- 3- Pomelos frais nature
- 4- Potage « Maison » aux légumes frais
- 5- Charcuterie du jour (saucisson à l'ail, salamis, terrine de campagne, etc...selon disponibilité)
- 6- Œuf dur sans sel ajouté (dosette de mayonnaise)

PLATS :

- 7- Beaufilet de colin-lieu MSC pané
- 8- Filet de poisson MSC cuit à la vapeur douce « Maison » sans sel ajouté
- 9- Omelette nature
- 10- Jambon blanc Label Rouge (Origine France)
- 11- Steak haché de bœuf sans sel ajouté (Origine France)
- 12- Filet de poulet cuit à la vapeur douce « Maison » sans sel ajouté (Origine France)
- 13- Escalope de dindonneau à la viennoise (Origine UE)

GARNITURES :

- 14- Haricots verts persillés « Maison » sans sel ajouté
- 15- Pâtes BIO nature « Maison » sans sel ajouté
- 16- Riz BIO Pilaf aux oignons et au thym «Maison» sans sel ajouté
- 17- Pommes de terre rissolées aux herbes «Maison» sans sel ajouté
- 18- Purée de pommes de terre fraîches «Maison» sans sel ajouté
- 19- Purée de carottes fraîches « Maison » sans sel ajouté à l'huile d'olive

FROMAGES OU

DESSERTS :

- 21- Compote de fruits BIO sans sucre ajouté
- 22- Fruit de saison (EX : été : pêche, abricot, prune, etc ... / hiver : pomme, poire, banane, etc...)
- 23- Fromage blanc
- 24- Yaourt nature



Etant donné les difficultés à obtenir nos commandes auprès de nos fournisseurs,

LES DELAIS D'ANNULATION des repas sont désormais de 6 JOURS

à partir de la date communiquée au bureau.

ATTENTION EN CAS DE JOUR FERIE CE DELAI EST MODIFIE.

TOUS LES REPAS restent facturés pendant ce délai.

POUR OBTENIR UNE COPIE DE VOTRE MENU DUMENT COMPLÉTÉ,

MERCI DE COCHER LA CASE CI-CONTRE

AVRIL 2025

	MARDI 1/4	MERCREDI 2/4	JEUDI 3/4	VENDREDI 4/4	SAMEDI 5/4	DIMANCHE 6/4
	Potage crème de céleri	Potage crème de carottes à la coriandre	Potage cresson	Potage velouté de courgettes	Potage persil	Potage crème de brocolis
	Chou blanc aux raisins secs râpé à la vinaigrette	Fromage de tête à la vinaigrette	Taboulé BIO <small>(Semoule de blé BIO, tomates fraîches, concombre frais, poivrons, huile de colza, huile d'olive, préparation citron, sel, raz el hanout)</small>	Salade de pommes de terre BIO à la dijonnaise <small>(Pommes de terre BIO, haricots verts, carottes fraîches, tomates fraîches, échalote fraîche, moutarde à l'ancienne, persil plat frais, œuf dur, sel fin, poivre)</small>	Chou rouge vinaigrette	Salade des îles BIO <small>(Riz BIO, tomates fraîches, soja, mais, vinaigrette, ananas, oignons frais, sel, poivre)</small>
	Cuisse de poulet aux deux poivres	Dos de cabillaud MSC sauce beurre blanc	PLAT VEGETARIEN Omelette au fromage	Pané de colin MSC et son citron	Boulettes de bœuf sauce sauce napolitaine (vbf)	Fricassée de poulet sauce suprême
	Riz BIO pilaf	Haricots verts BIO persillés	Epinards au beurre	Ratatouille	Purée de pommes de terre BIO	Gratin de courgettes
	Mimolette	Camembert	Gouda	Bûchette laits mélangés <small>(Laits de vache et chèvre)</small>	Brie	Cantal AOP
	Abricots au sirop léger	Purée de fruits et biscuit sans sucre ajouté	Fruit	Fruit	Compote de pommes BIO maison	Entremets aspartame et biscuit sans sucre ajouté
LUNDI 7/4	MARDI 8/4	MERCREDI 9/4	JEUDI 10/4	VENDREDI 11/4	SAMEDI 12/4	DIMANCHE 13/4
Potage crème de céleri	Potage cultivateur	Potage mouliné de légumes	Potage crème de haricots à la Russe	Potage persil	Potage velouté de tomates/ gingembre	Potage cresson
Salade bien-être BIO <small>(Pâte BIO, mais, courgette, mimolette, huile d'olive, vinaigre de vin, ciboulette, cerfeuil)</small>	Salade finlandaise BIO et HVE <small>(Pommes de terre BIO, pommes fruits HVE, concombre frais, mayonnaise, crevettes, aneth, sel, poivre)</small>	REPAS ASIATIQUE Nems aux légumes	Concombre à l'estragon <small>Dosette de vinaigrette</small>	Salade de haricots verts BIO et œuf dur	Lentilles BIO à la vinaigrette	Asperges à la vinaigrette
Jambon blanc LABEL ROUGE sauce Madère	PLAT VEGETARIEN Quiche aux trois fromages AOP maison <small>(Cantal AOP, Brique Bleue, emmental)</small>	Sauté de porc CE2 à la chinoise	PLAT 2 EN 1 Paëlla au poulet au riz BIO <small>(Poulet, chorizo, cocktail de fruits de mer)</small>	Cœur de merlu MSC sauce citron	Cuisse de pintade façon grand-mère	PLAT 2 EN 1 Lasagne au boeuf (UE)
Purée de brocolis BIO	Salade verte <small>Dosette de vinaigrette</small>	Poêlée de nouilles asiatiques		Semoule BIO	Navets et carottes BIO persillés	
Tomme des Pyrénées IGP	Brique Bleue	Coulommiers	Saint Nectaire AOP	Carré	Emmental	Munster AOP
Fruit	Compote de pommes BIO /Pruneaux IGP	Salade de fruits exotiques frais	Purée de fruits sans sucre ajouté	Fruit	Entremets aspartame et biscuit sans sucre ajouté	Fruit

AVRIL 2025

LUNDI 14/4	MARDI 15/4	MERCREDI 16/4	JEUDI 17/4	VENDREDI 18/4	SAMEDI 19/4	DIMANCHE 20/4
Potage crème de carottes à la coriandre	Potage mouliné de légumes	Potage crème de brocolis	Potage crème de céleri	Potage velouté de courgettes	Potage cultivateur	Potage crème de haricots à la Russe
Pâté de lapin et cornichon	Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette	Carottes BIO râpées à la vinaigrette	MENU BRASSERIE Œuf dur BIO* entier avec coquille <i>Dosette de mayonnaise</i>	Tomate persillée à la vinaigrette <i>Dosette de vinaigrette</i>	Salade italienne BIO <i>(Pâte BIO, carottes fraîches, courgettes fraîches, tomates fraîches, olives noires, crème, basilic, emmental, mayonnaise, curcuma, sel, poivre)</i>	Quiche au fromage
Sauté de porc CE2 au curry	PLAT VEGETARIEN Quiche aux oignons maison	PLAT 2 EN 1 Jambalaya au riz BIO <i>(Haut de cuisse de poulet, saucisse fumée CE2, chorizo, poivrons, oignons)</i>	Andouillette et son confit d'oignons <i>dosette de moutarde</i>	Dos de colin-lieu MSC sauce estragon	PLAT 2 EN 1 Lasagnes de légumes du soleil BIO	Rôti de paleron de boeuf sauce poivre (vbf)
Carottes BIO vichy	Salade verte <i>Dosette de vinaigrette</i>		Frites au four	Polenta crémeuse		Haricots verts BIO persillés
Camembert	Bûchette laits mélangés <i>(Laits de vache et chèvre)</i>	Chèvre	Brie	Saint Paulin	Gouda	Tomme des Pyrénées IGP
Fruit	Purée de fruits sans sucre ajouté	Ananas au sirop léger	Entremets aspartame et biscuit sans sucre ajouté	Fruit	Fruit	Compote maison de pommes BIO/poires BIO

LUNDI 21/4	MARDI 22/4	MERCREDI 23/4	JEUDI 24/4	VENDREDI 25/4	SAMEDI 26/4	DIMANCHE 27/4
Potage velouté de tomates/ gingembre	Potage persil	Potage cresson	Potage crème de brocolis	Potage crème de carottes à la coriandre	Potage crème de céleri	Potage velouté de courgettes
 Pâques Salade de Pâques <i>(haricots verts, flageolets, champignons de Paris, amandes effilées, œuf de caille)</i>	Crevettes et beurre	Segments de pomelos	Salade atlantique BIO <i>(Pommes de terre BIO, maquereau, mayonnaise, pomme, persil plat frais)</i>	Radis et beurre	Salade coleslaw BIO <i>(Carottes BIO et chou blanc râpés mayonnaise)</i>	Salade vendéenne BIO et CE2 <i>(Haricots blancs BIO, vinaigrette, poitrine de porc CE2, emmental, oignons frais, persil plat frais, ail, sel)</i>
Sauté de lapin de Bourgogne à la moutarde  Pommes boulangères BIO	PLAT VEGETARIEN Spaghettis BIO végétariens <i>(spaghettis BIO, julienne de carotte, julienne de courgettes, champignons de Paris, béchamel, Bleu)</i>	PLAT 2 EN 1 Cuisse de pintade à l'alsacienne <i>(choux alsacien)</i>	Sauté de veau citron olives Brunoise provençale <i>(Courgettes, aubergines, poivrons, oignons, ail)</i>	PLAT 2 EN 1 Brandade de poisson aux pommes de terre BIO	Fricassée de poulet au curry Semoule BIO	Crêpinette de porc sauce tomate Haricots beurre persillés
Comté AOP 	Pont l'Evêque AOP	Camembert	Brique Bleue	Carré	Saint Nectaire AOP	Bûchette laits mélangés <i>(Laits de vache et chèvre)</i>
Pâtisserie de Pâques	Fruit	Purée de fruits sans sucre ajouté	Abricot au sirop léger	Purée de fruits et biscuit sans sucre ajouté	Fruit	Compote maison de pommes BIO

LUNDI 28/4	MARDI 29/4	MERCREDI 30/4
Potage crème à la coriandre	Potage cultivateur	Potage Cresson
Fromage de tête	Samoussa aux légumes	Salade de pois chiches <i>(pois chiche, thon, oignon, coriandre fraîche, tomate cuite, vinaigrette, jus de citron)</i>
Bourguignon de bœuf à la provençale (vbf)	Sauté de porc CE2 à la crème	REPAS VEGETARIEN Quiche aux oignons maison
Purée de pommes de terre BIO	Courgettes sautées à l'ail	Salade verte <i>Dosette de vinaigrette</i>
Pont l'Evêque AOP	Tomme des Pyrénées IGP	Gouda
Fruit	Purée de fruits et biscuit sans sucre ajouté	Fruit

Nos entrées, plats et accompagnements suivis d'un astérisque (*) ne sont pas faits "Maison" (fromages et desserts non concernés). Les allergènes sont indiqués sur les étiquettes produits. Tous nos potages sont faits "Maison" à base de légumes frais (sauf le potage St Germain avec des pois cassés), Bio et conventionnels.

Origine de nos viandes: Origine des viandes de veau : France - Origine des viandes bovines : France, Race à Viande - Origine des volailles : France – Origine du porc: France



Maison Le Roux privilégie le poisson éco-labellisé MSC (pêche durable) et le poisson frais. Selon les arrivages, les variétés de poissons indiquées sur les menus peuvent donc être modifiées.