



MENUS DU MOIS DE SEPTEMBRE 2024
Personnes âgées et Portage

	du 02 au 08/09		du 09 au 15/09		du 16 au 22/09		du 23 au 29/09	
	Midi	Soir	Midi	Soir	Midi	Soir	Midi	Soir
	02-sept		09-sept		16-sept		23-sept	
Lundi	Salade de tomates vinaigrette Raviolis bolognaise Fromage blanc bio Palmiers	Potage Champignons Pomme de terre Farcie Emmental bio Fruit de saison	Salade crétoise (concombre-féta-tomate-chou-olive) Steak haché sauce provençale Purée bio Emmental bio Fruit BIO de saison	Potage à l'Oignon Boudin Noir Pommes Cuites Fromage Blanc Aux Fruits Bio Poire Au Sirop	Carottes râpées bio vinaigrette Sauté de boeuf au curry Pommes sautées Fromage blanc bio Fruit BIO de saison	Potage Façon chili Steak fromager Salsifis aux Champignons Port Salut Fruit de saison	Salade piémontaise Végé Sauté de dinde à la normande Haricots verts poelés Petit suisse Bio Fruit BIO de saison	Potage Lentilles Morteau Purée Pdt bio aux courgettes Brin D'Affinois Purée De Pommes/Ananas S/Sucre Ajouté
	03-sept		10-sept		17-sept		24-sept	
Mardi	Carottes râpées bio vinaigrette Brandade de poisson Salade iceberg Flan Bio Chocolat Fruit BIO de saison	Potage Cresson Moussaka Petit suisse nature bio Purée De Pommes/Ananas S/Sucre Ajouté	Salade mimosa (Iceberg/œuf/vinaigrette) Tortilla Lentilles Vache qui rit bio Fruit BIO de saison	Potage Asperge Braisé de Bœuf au jus Petits pois à la Française Faisselle Fruit de saison	Concombre sauce bulgare Tarte au thon Salade Iceberg Yaourt fermier local à la vanille Petits beurre	Potage Tomate Poivron Boudin Blanc Purée Carotte Brie Local Purée de Pomme bio	Salade de tomates vinaigrette Œuf mollet béchamel Epinards bio et pommes vapeur bio Edam Bio Purée de fruits bio pommes banane	Potage Potiron Côte de Porc Flageolets Yaourt Bio Citron Fruit de saison
	04-sept		11-sept		18-sept		25-sept	
Mercredi	Pastèque Poulet Yassa Riz bio Leerdammer Cookie chocolat Bio	Potage Carotte Poisson meunière citron Haricot Panaché Yaourt Aromatisé Bio Fruit de saison	Tarte aux légumes Escalope De Poulet Bbc Au Jus Blé aux légumes grillés et pesto Fromage blanc bio Fruit de saison	Potage Bortsch Côte de Veau à la Crème Chou Fleur au Beurre Mini Chaussé Au Moine Crème Aux Oeufs Chocolat	Œuf dur bio mayonnaise Sauté De Boeuf à la Provençale Riz bio Babybel Fruit de saison	Potage d'Eté Choucroute de la Mer Faisselle Semoule au Lait	Pastèque Sauté de boeuf aux oignons Frites Chaussée Aux Moines Fruit de saison	Potage Julienne Enrichie Filet de Merlu à la Provençale Endives Braisées Faisselle Ananas au sirop
	05-sept		12-sept		19-sept		26-sept	
Jeudi	Salade De Haricots Verts Bio Aux Oeufs Bio Pizza à la mozzarella Salade iceberg Camembert bio Fruit BIO de saison	Potage Oseille Bœuf Mode Carotte Vichy Faisselle Flan Bio Chocolat	Melon Boulettes de bœuf grillées bio Duo de Carottes Yaourt nature bio Spéculoos	Potage Brocolis Emincé de Poulet à la Diable Gratin Dauphinois Port Salut Fruit de saison	Salade coleslaw Croustillant de poulet aux corn flakes Purée pomme de terre et potiron Cookie bio Fruit BIO de saison	Potage Gaspacho Croustillant Fromager Bio Blé à la Tomate Petit suisse Liégeois Au Chocolat Bio	Céleri Bio rémoulade Escalope De Poulet Bbc Au Jus Pocchetti bio au blé complet Sauce tomate Fromage blanc bio Fruit BIO de saison	Potage Dubarry Brandade Poisson Salade Verte Bio Brie Local Fruit de saison
	06-sept		13-sept		20-sept		27-sept	
Vendredi	Concombre sauce bulgare Filet de colin au cheddar Petits pois - Carottes Mimolette Tarte Au Citron	Potage Potiron Gratin de pâtes aux petits légumes, Crevettes et Emmenthal Fromage Blanc Aux Fruits Bio Fruit de saison	Salade de P. de Terre bio - échaîotes Filet de hoki aux petits légumes Poelée de ratatouille Flan bio nappé caramel Baba Au Rhum	Potage Cultivateur Foie de Veau persillé Purée Pdt bio Petit suisse Fruit de saison	Melon Filet tomate fish Duo de courgettes Emmental bio Choux A La Crème Vanillée	Potage Haricots Rouges Rognons à la Moutarde Coquillettes Fromage Blanc Bio /Miel Fruit de saison	Betteraves bio vinaigrette Filet de colin sauce dieppoise Duo de carottes Yaourt nature bio Tarte Aux Fruits Rouges	Potage antillais Noix de Coco Nouilles aux Crevettes Saint-Nectaire Aop Fruit de saison
	07-sept		14-sept		21-sept		28-sept	
Samedi	Avocat Calamar à l'Americaine Pomme Vapeur Quartier Fourme D'Ambert Aop Purée de Pommes/Fraises sans sucre ajouté	Potage Céleri Gratin d'Endive/Pdt au Jambon Petit suisse nature bio Fruit de saison	Chou/Céleri/Carotte scc Bulgare Cubes de Saumon scc Choron Riz bio Fromage Blanc Bio /Miel Fruit de saison	Potage Crème de Verdure Boulettes d'Agneau sauce Tomate Chou Romanesco Brin D'Affinois Purée Pommes/Pruneaux sans sucre ajouté	Crêpe au Fromage Cassoulet Haricots Blancs Yaourt Bio Citron Fruit de saison	Potage Orientale aux Moules Cordon Bleu Printanière de Légumes Roquefort Purée de Pommes/Ananas sans sucre ajouté	Jambon de Bayonne Tête de Veau scc Gribiche Röstis PDT / LégumeS Petit suisse bio Fruit de saison	Potage Chinois Coriandre Croque Monsieur Salade Verte bio Mini Chaussé Au Moine Purée de Pommes/Abriots sans sucre ajouté
	08-sept		15-sept		22-sept		29-sept	
Dimanche	Radis Beurre Chili Con Carne Riz Bio Mini Chaussé Au Moine Paris Brest	Potage Vermicelle Dos de Cabillaud à la crème d'Oseille Chou Fleur au Beurre Yaourt Aromatisé Bio Fruit de saison	Maquereau Couscous Merguez Semoule bio Fourme D'Ambert Aop Tarte Noix De Coco	Potage Petits pois Sauté de Veau Marengo Farfalles bio Faisselle Fruit de saison	Pizza au Fromage Bio Sauté d'Agneau PdT Sautées au Four Faisselle Pommes Cuites Au Caramel	Potage Tomates au Basilic Courgettes Farcies Saint-Nectaire Aop Fruit de saison	Œuf dur Mayonnaise Aile de Raie au Beurre Carotte PdTerre Roquefort Mille Feuilles	Potage Courgette Escalope Viennoise Citron Flageolets Fromage Blanc Bio /Miel Fruit de saison

Légende

Menu végétarien
 Plat végétarien de substitution
 Recette maison élaborée par les cuisiniers du SIPLARC
 Composante issue de l'Agriculture biologique
 MSC : poisson issu de la pêche durable
 Bleu, Blanc, Cœur : garantie de la qualité de l'alimentation des animaux
 Appellation d'Origine Contrôlée
 * Produit subventionné dans le cadre du programme européen à destination des écoles
 Produit issu de la région Île de France ou d'une région limitrophe.

Nos menus sont validés par notre diététicien nutritionniste selon les recommandations nutritionnelles en vigueur. Nos salades sont confectionnées dans nos cuisines, à partir de recettes maison - L'origine des viandes bovines, porcines, ovines et volailles est quotidiennement communiquée aux sites de consommation (décret 2022-85) - Les menus sont susceptibles d'être modifiés selon l'arrivage des produits Retrouvez les menus sur www.siplarc.fr et sur nos pages Instagram et Facebook (Siplarc).

Recettes