



MENUS DU MOIS DE NOVEMBRE 2023
Personnes âgées et Portage
LES ALLERGÈNES SONT CONSULTABLES SUR NOTRE SITE INTERNET

	du 30/10 au 05/11		du 06/11 au 12/11		du 13/11 au 19/11		du 20/11 au 26/11		du 27/11 au 03/12	
	Midi	Soir	Midi	Soir	Midi	Soir	Midi	Soir	Midi	Soir
	30-oct		06-nov		13-nov		du 20/11 au 24/11 Semaine des cultures culinaires du monde arabe		27-nov	
Lundi	Carottes râpées bio vinaigrette Sauté De Dinde Halloween Trio De Légumes Brocolis/C.Fleur/Carotte Fromage blanc bio Pomme Golden bio	Potage Poireaux & P. De Terre Egréné De Boeuf Sauce Provençale Feuilleté de volaille niçois Coquillettes bio-Salade verte composée bio Ptit Soignon Fruit de saison	Coupelle de thon Sauté De Boeuf A La Provençale Pommes sautées Gouda Bio Fruit BIO de saison	Potage D'Automne Choux Farcis S/Porc (Self Ad 2 Xpers) Fromage blanc bio Semoule Au Lait Nappé Caramel	Carottes râpées vinaigrette Poulet Rôti Aux Herbes Poelée Tex Mex Vache Qui Rit Bio Purée bio pomme/banane	Potage Au Potiron/Carottes Choucroute De La Mer Choux Choucroute Petit suisse bio nature Fruit de saison	Salade De Lentilles A L'Oriental Sauté de veau à l'oriental Haricots verts extra fins Saint-Paulin Fruit BIO de saison	Potage Aux Courgettes Bolognaise Bio Spaghettis bio Petit suisse bio nature Purée Pommes/Fraises/Cassis (Bio) sans sucre ajouté	Salade piemontaise bio Sauté De Dinde Au Romarin Duo de courgettes Fromage blanc bio Fruit BIO de saison	Potage A La Tomate/ Vermicelles Boudin noir et pomme Purée aux brocolis Mimolette Riz au lait nappé au caramel
	31-oct		07-nov		14-nov		21-nov		28-nov	
Mardi	Quiche Butternut et Comté Poisson meunière Purée à la patate douce Mimolette Gâteau à la carotte	Potage A La Brunoise De Légumes Nuggets de poulet Feuilleté de volaille niçois Salade verte composée bio Petit suisse bio nature Purée bio pomme/banane sans sucre ajouté	Céleri remoulade Solo De Colin Sauce Citron (Msc) Carottes vichy Yaourt brassé aux fruits Bio Spéculoos	Potage Au Potiron Enrichi Vache Qui Rit Foie De Veau Persillé Blé Bio Concassée De Tomates Edam Bio Fruit de saison	Salade De Choux Blancs Aux Pommes Colin Au Cor Flakes (Msc) Petits pois Yaourt bio nature Palmiers	Potage De Blé A La Tomate Coquille De Poisson/Macédoine Brebicrème Purée de Poires sans sucre ajouté	Carottes râpées bio au cumin Poisson Blanc Aux Amandes (Msc) Boulgour Bio Aux Oignons Edam Bio Dattes Fraîches	Potage Aux Pois Chiches Et Tomates/Basilic Sauté De Volaille au curry Purée au céleri Fromage Blanc Bio À La Confiture (Stick) Fruit de saison	Salade D'Endives/Noix/Pommes/Emmental Colin Au Basilic Marquet Au Grill (Msc) Gnocchetti complets Bio à la Tomate Faisselle Fruit BIO de saison	Potage A L'Oseille Escalope De Dinde Au Jus Brunoise De Légumes (Carotte/Courgette/Navet/Céleri) Brie Local Purée de Pommes Abricots Et Bananes Bio sans sucre ajouté
	01-nov		08-nov		15-nov		22-nov		29-nov	
Mercredi	Salade Catalane Hiver (Pdt Olives Tomates Thon) Saucisse De Volaille Aux Herbes Salsifis Et Champignons Persillés Edam Bio Mousse chocolat	Potage Au Potiron Côte De Porc Au Jus/Herbes Riz Aux Petits Légumes Yaourt bio brassé aux fruits Fruit de saison	Crêpes Au Fromage Gratin De Brocolis/Pdt/Emmental/Oeufs Yaourt bio nature Fruit BIO de saison	Potage Bortsch (Betterave) Rôti De Boeuf / Cornichons Petits Pois/Carottes Fourme D'Ambert Aop Semoule Au Lait Nappé Caramel	Betteraves cuites bio Sauté De Boeuf à la normande Julienne De Légumes (Carotte/Courgette/Céleri) Mini Leerdammer Fruit BIO de saison	Potage De Legumes Du Potager Truite Aux Amandes Pâtes Fusillis Bio Faisselle Café Liégeois	Salade Iceberg Aux Pommes Boulettes De Volaille A L'Oriental Purée au céleri Vache Qui Rit bio Fruit BIO de saison	Potage Bonvalet (H.Blanc/Navet/Poireau) Filet De Colin A L Estragon Blé Bio Au Beurre Faisselle Crème Dessert Pistache	Segments de pampleousse Saucisse aux herbes Haricots beurre persillés Cantal Riz au lait nappé au caramel	Potage Argentin (Navet/Poireaux/Quinoa) Brandade De Poisson Maison Petits Suisses Bio Aux Fruits Fruit de saison
	02-nov		09-nov		16-nov		23-nov		30-nov	
Jeudi	Mini roulé au fromage Sauté De Boeuf A L'Oriental Boulgour bio aux oignons Mini Brun d'Affinois Poire bio	Potage Aubergines Et Tomates Paupiette De Veau Aux Olives Carottes fondantes Faisselle Purée de Pommes/Ananas sans sucre ajouté	Salade Carottes/Radis/Oeufs Cordon bleu Epinards Bio Au Beurre Faisselle Petits beurre	Potage Champignons Maison Enrichi Au Boursin Gigot D'Agneau Roti Sce Aux Thym Carottes Et Ecrasees De Pdt P'Tit Soignon Fruit de saison	Coleslaw Sauté D'Agneau à La Tomate Purée de P.de terre bio Emmental Bio Fruit BIO de saison	Potage De Lentilles (Esau) Croissant Au Jambon Salade verte bio Petits Suisses Bio Aux Fruits Crème Vanille	Mélange De Crudités Œuf Mimosa Bio (Chou-Carotte-Céleri Rânés) Couscous Poulet Semoule pour couscous Yaourt Fermier Vanille Corne de gazelle	Potage Marocain-Harira Boulettes De Boeuf Sauce Poivre Salsifis Au Jus Pyronée Tomme Fruit de saison	Céleri remoulade bio Pizza bolognaise végété Salade verte composée bio Yaourt Citron Bio Fruit BIO de saison	Potage Au Cresson Moussaka Fourme D'Ambert Aop Fruit de saison
	03-nov		10-nov		17-nov		24-nov		01-déc	
Vendredi	Salade de betteraves cuites bio Brandade de poisson Emmental bio Opéra	Potage Aux Haricots Blancs Escalope De Dinde Aux Oignons Choux de Bruxelles Fromage blanc bio et miel Fruit de saison	Salade de pommes de terres bio/échalotes Filet De Hoki Aux Petits Légumes Haricots Verts Extra Fins Edam bio Tarte Cheese Cake	Potage Chinois A La Coriandre Côte De Porc Au Jus/Herbes Céréales Méditerranéennes Petit suisse bio nature Fruit de saison	Asperges Sauce Bearnaise(Coco Citron Beignets de salsifis Fromage blanc bio Religieuse Choco	Potage De Pdt A La Coriandre Langue De Boeuf Sauce Piquante Riz bio Port Salut Fruit de saison	Salade De Pois Chiches À L'Oriental Filet De Hoki Beurre Citronné Safrané Poelée Marrakech Camembert bio Tarte Amandine Aux Poires	Potage Bouillon De Poule/Alphabet Enrichi A La Crème Egréné De Boeuf Sauce Roquefort Fusillis bio Petit suisse bio nature Fruit de saison	Saucisson Sec / Cornichons Filet De Poisson D'Escoffier Trio De Légumes Brocolis/C.Fleur/Carotte Gouda Bio Flan Pâtissier Noix De Coco	Potage Au Potiron Cannellonis Sce Napolitaine Gratinés Fromage Blanc Bio Et Crème De Marrons Fruit de saison
	04-nov		11-nov		18-nov		25-nov		02-déc	
Samedi	Chou rouge à l'emmental Cordon Bleu Purée aux haricots beurre Ptit Soignon Purée de Pommes/Ananas sans sucre ajouté	Potage Minestrone Côte d'agneau grillée Piperade Petit suisse bio nature Fruit de saison	Maquereaux Au Vin Blanc Calamars A L'Americaine Riz bio Fromage Blanc Bio Et Crème De Marrons Fruit de saison	Potage Creme De Verdure Courgettes Farcies Brebicrème Purée de Poires sans sucre ajouté	Sardines A La Tomate Cassoulet Viande Haricots Blancs À La Graisse D'Oie Pyronée Tomme Fruit de saison	Potage Aux Brocolis Enrichi Au Boursin Escalope De Dinde Viennoise Sauce Tomate/Parmesan Navets Sautés Yaourt Brassé Aux Fruits Bio Café Liégeois	Maquereaux Au Vin Blanc Tripes A La Mode De Caen Pdt vapeur Fromage Blanc Nature Bio Fruit de saison	Potage Carottes/Pommes De T Enrichi Croque Monsieur Salade verte bio Pyronée Tomme Purée de Poires sans sucre ajouté	Terrine De Poissons + Citrons Pot Au Feu Viande Pot Au Feu Légumes Faisselle Fruit de saison	Potage Aubergines Et Tomates Feuilleté Volaille Niçois Salade verte bio Mimolette Purée de Pommes/Ananas sans sucre ajouté
	05-nov		12-nov		19-nov		26-nov		03-déc	
Dimanche	Radis / Beurre 1/2 Sel Escalope De Veau Forestiere Riz bio Fourme D'Ambert Aop Cocktail de fruits des îles	Potage Aux Brocolis Coquille De Poisson/Macedoine Complet Yaourt Bio Citron Fruit de saison	Fond D'Artichaut En Salade Boudin noir et pomme Purée de Pdt bio Port Salut Café Liégeois	Potage De Petits Pois Escalope De Veau Forestière Pâtes Fusillis Bio et emmental Faisselle Fruit de saison	Salade De P De Terre Au Thon Sauté De Veau Aux Châtaignes Chou fleur Port Salut Crème Vanille	Potage De Tomates Au Basilic Crepes Jambon/Champignons Salade verte bio Faisselle Fruit de saison	Filet De Harengs Pdt Filet De Colin Sce Crevettes Riz bio Ptit Soignon Crème Dessert Pistache	Potage Dubarry (Choux-Fleurs) Moussaka Faisselle Fruit de saison	Radis / Beurre 1/2 Sel Ailes De Raie Aux Câpres Pommes vapeur Fourme D'Ambert Aop Riz au lait nappé au caramel	Potage Aux Brocolis Omelette bio au fromage Aubergine A La Parmesane Petits Suisses Bio Aux Fruits Fruit de saison

Légende

Radis / Beurre 1/2 Sel