

SEMAINE DU 14 septembre au 18 septembre 2026

	LUNDI 14 Septembre	MARDI 15 Septembre	MERCREDI 16 Septembre	JEUDI 17 Septembre	VENDREDI 18 Septembre
<u>Entrée</u>	Radis à la croque au sel	Carottes râpées 	Salade de blé Andalou 	Œuf cocotte à la crème 	Salade de courgettes et tomates cerises 
	Salade Cajun 	Pomelos	Salade de pomelos rose au thon et maïs	Saucisson sec	Sardine à la tomate
	Œufs durs mayonnaise 	Salade de petits pois, mangue et tofu 	Melon	Concombre au fromage blanc 	Taboulé de semoule 
	Melon	Salade de tomate 	Salade verte, tomate, œufs durs et dés de jambon 	Houmous 	Melon
	Salade verte, thon et croûtons	Salade verte et concombre œufs et maïs		Salade verte, emmental, croûtons et noix 	Salade verte, maïs et haricots verts 
<u>Plat principal</u>	Filet de lieu mariné et rôti au fromage blanc et herbes fraîches 	Emincé de poulet Massala 	Andouillette sauce moutarde 	Filet de colin sauce Célestine 	Sauté de canard au miel et au citron 
	Estouffade de porc Mode 	Poisson pané	Omelette au fromage 	Quenelle nature sauce Aurore 	Spaghetti Bolognaise Végé 
<u>Accompagnement</u>	Carottes fondues 	Courgettes fondues 	Haricots Maître d'hôtel 	Tomates rôties 	Gratin de brocoli 
	Torsades	Purée Parmentier 	Pois chiches à la sauce tomate 	Boulgour Pilaf	Lentilles à la moutarde 
<u>Fromage /Laitage</u>	Saint-Nectaire / Beaufort	Brie	Saint-Félicien	Tomme Blanche	Camembert
	Assortiment de produits laitiers	Yaourt aux fruits mixés	Assortiment de produits laitiers	Assortiment de produits laitiers	Yaourt aromatisé
<u>Dessert</u>	Fraises	Tiramisu aux palets Breton 	Mango Smoothie 	Crème au chocolat	Pastèque / Fraises
	Compote	Cake framboise	Abricots au sirop arlequin	Cake aux fruits rouges et aux amandes 	Blanc-manger coco 
	Copie de Brownies 	Pastèque		Pastèque	
	Pain				

MENU CONSEILLE PAR LA DIETETICIENNE :
- 1 crudité (en entrée ou en dessert)
- 1 portion protidique
- 1 portion en légumes cuits si féculents, ou l'inverse
- 1 produit laitier

Les entrées et plats proposés sont élaborés en cuisine à partir de produits de qualités : fruits et légumes en circuit court, viandes fraîches de la région Auvergne Rhône-Alpes



plat composé entièrement cuisiné avec des produits frais

La providseure,

G. PROMPT-BAZIN

"Menus conformes au GEMRCN" (version juillet 2015), validés par Pascale QUINON Diététicienne Nutritionniste