

NOM Prénom :

ADRESSE :

Voulez-vous l'Indicateur des Flandres (Payant) ? OUI

NON



Tél. : 03 74 54 00 64

REPAS LIVRÉS AUX DOMICILES : MENUS Du 10 Octobre 2022 au 16 Octobre 2022 (à rendre avant le Lundi 3 octobre 2022)

	LUNDI 10		MARDI 11		MERCREDI 12		JEUDI 13		VENREDI 14		SAMEDI 15		DIMANCHE 16
	MENU A		MENU A		MENU A		MENU A		Menu A		MENU A		MENU A
	Potage poireaux		Velouté de légumes		Potage de pois cassés		Potage à l'oignon		Potage crécy		Potage maraicher		Velouté Dubarry
	Feuilleté au fromage		Pâté de campagne et cornichons		Tarte aux poireaux		Concombres sauce ciboulette		Salade de tomates au cerfeuil		Terrine de légumes sauce paprika		Terrine de saumon sauce ciboulette
	Roti de dinde sauce Dijonnaise		Sauté de bœuf au romarin		Chipolata aux herbes de Provence		Roti de porc sauce au thym		Beaufilet de colin poêlé sauce estragon		Steak haché de veau sauce poivre		Sauté de veau marenge
	Purée de carottes		Haricots plats – Pommes röstis		Purée à la muscade		Carottes au cumin – Pommes rissolées		Ratatouille Niçoise – Semoule à la coriandre		Haricots verts – Pommes Lyonnaises		Printanière de légumes
	Gouda à la coupe – Beurre		Rondelé aux fines herbes – Beurre		Saint Moret – Beurre		Chanteneige – Beurre		Saint Paulin à la coupe – Beurre		Camembert – Beurre		Crème de chèvre – Beurre
	Fruit		Crème vanille		Flan caramel		Compote de pommes		Yaourt aromatisé		Mousse au café		Entremet fruits rouges
	MENU B		MENU B		MENU B		MENU B		Menu B		MENU B		MENU B
	Potage poireaux		Velouté de légumes		Potage de pois cassés		Potage à l'oignon		Potage crécy		Potage maraicher		Velouté Dubarry
	Champignons à la Grecque		Betteraves rouges à l'aneth		Pâté à la bière		Crêpe aux champignons		Poireaux vinaigrette		Sardines à l'huile		Tarte oignons lardons
	Lasagnes à la bolognaise		Paupiette de poisson		Hachis Parmentier		Poulet fumé		Spaghettis à la carbonara		Sauté de porc sauce charcutière		Roti de bœuf sauce échalote
			Riz au curcuma – Poêlée de poivrons		Salade iceberg		Petits pois – Pommes rôties				Choux de Bruxelles – Pommes sautées		Gratin Dauphinois
	Gouda à la coupe – Beurre		Rondelé aux fines herbes – Beurre		Saint Moret – Beurre		Chanteneige – Beurre		Saint Paulin à la coupe – Beurre		Camembert – Beurre		Crème de chèvre – Beurre
	Fromage blanc aux fruits		Beignet au chocolat		Salade de fruits		Pain d'épices		Tarte à l'abricot		fruit		Entremet fruits rouges
	MENU DE REMPLACEMENT		MENU DE REMPLACEMENT		MENU DE REMPLACEMENT		MENU DE REMPLACEMENT		MENU DE REMPLACEMENT		MENU DE REMPLACEMENT		MENU DE REMPLACEMENT
	HAMBURGER DE VEAU (*)		HAMBURGER DE VEAU (*)		HAMBURGER DE VEAU (*)		HAMBURGER DE VEAU (*)		HAMBURGER DE VEAU (*)		HAMBURGER DE VEAU (*)		HAMBURGER DE VEAU (*)
	JAMBON (*)		JAMBON (*)		JAMBON (*)		JAMBON (*)		JAMBON (*)		JAMBON (*)		JAMBON (*)
	PURÉE (**)		PURÉE (**)		PURÉE (**)		PURÉE (**)		PURÉE (**)		PURÉE (**)		PURÉE (**)

* Si vous ne souhaitez pas la viande proposée dans le menu A ou B, vous avez la possibilité de choisir la viande de remplacement soit hamburger de veau soit jambon

** Si vous ne souhaitez pas le légume proposé dans le menu A ou B, vous avez la possibilité de le remplacer par de la purée

	LUNDI 10	MARDI 11	MERCREDI 12	JEUDI 13	VENREDI 14	SAMEDI 15	DIMANCHE 16
	MENU SANS SEL	MENU SANS SEL	MENU SANS SEL	MENU SANS SEL	MENU SANS SEL	MENU SANS SEL	MENU SANS SEL
	Potage poireaux	Velouté de légumes	Potage de pois cassés	Potage à l'oignon	Potage crécy	Potage maraicher	Velouté Dubarry
	Champignons à la Grecque	Betteraves rouges à l'aneth	Poireaux vinaigrette	Concombres sauce ciboulette	Salade de tomates au cerfeuil	Crudités	Terrine de saumon sauce ciboulette
	Roti de dinde sauce dijonnaise	Sauté de bœuf au romarin	Hachis Parmentier	Roti de porc sauce au thym	Beaufilet de colin poêlé sauce estragon	Sauté de porc sauce charcutière	Sauté de veau marengo
	Purée de carottes	Haricots plats – Pommes vapeur	Salade iceberg	Carottes au cumin – Pommes vapeur	Ratatouille Niçoise – Semoule à la coriandre	Choux de Bruxelles – Pommes Lyonnaises	Printanière de légumes
	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre
	fruit	Crème vanille	Salade de fruits	Compote de pommes	Yaourt aromatisé	fruit	Entremet fruits rouges
	MENU SANS SUCRE	MENU SANS SUCRE	MENU SANS SUCRE	MENU SANS SUCRE	MENU SANS SUCRE	MENU SANS SUCRE	MENU SANS SUCRE
	Potage poireaux	Velouté de légumes	Potage de pois cassés	Potage à l'oignon	Potage crécy	Potage maraicher	Velouté Dubarry
	Champignons à la Grecque	Betteraves rouges à l'aneth	Poireaux vinaigrette	Concombres sauce ciboulette	Salade de tomates au cerfeuil	Crudités	Terrine de saumon sauce ciboulette
	Roti de dinde sauce dijonnaise	Sauté de bœuf au romarin	Hachis Parmentier	Roti de porc sauce au thym	Beaufilet de colin poêlé sauce estragon	Sauté de porc sauce charcutière	Sauté de veau marengo
	Purée de carottes	Haricots plats – Pommes vapeur	Salade iceberg	Carottes au cumin – Pommes vapeur	Ratatouille Niçoise – Semoule à la coriandre	Choux de Bruxelles – Pommes Lyonnaises	Printanière de légumes
	Gouda à la coupe - Beurre	Rondelé aux fines herbes - Beurre	Saint Moret – Beurre	Chanteneige - Beurre	Saint Paulin à la coupe – Beurre	Camembert – Beurre	Crème de chèvre – Beurre
	fruit	Fromage blanc	Salade de fruits sans sucre	Compote sans sucre	Yaourt nature	fruit	Pâtisserie sans sucre
	MENU SANS SEL/SANS SUCRE	MENU SANS SEL/SANS SUCRE	MENU SANS SEL/SANS SUCRE	MENU SANS SEL/SANS SUCRE	MENU SANS SEL/SANS SUCRE	MENU SANS SEL/SANS SUCRE	MENU SANS SEL/SANS SUCRE
	Potage poireaux	Velouté de légumes	Potage de pois cassés	Potage à l'oignon	Potage crécy	Potage maraicher	Velouté Dubarry
	Champignons à la Grecque	Betteraves rouges à l'aneth	Poireaux vinaigrette	Concombres sauce ciboulette	Salade de tomates au cerfeuil	Crudités	Terrine de saumon sauce ciboulette
	Roti de dinde sauce dijonnaise	Sauté de bœuf au romarin	Hachis Parmentier	Roti de porc sauce au thym	Beaufilet de colin poêlé sauce estragon	Sauté de porc sauce charcutière	Sauté de veau marengo
	Purée de carottes	Haricots plats – Pommes vapeur	Salade iceberg	Carottes au cumin – Pommes vapeur	Ratatouille Niçoise – Semoule à la coriandre	Choux de Bruxelles – Pommes Lyonnaises	Printanière de légumes
	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre
	fruit	Fromage blanc	Salade de fruits sans sucre	Compote sans sucre	Yaourt nature	fruit	Pâtisserie sans sucre
	MENU SANS GRAS	MENU SANS GRAS	MENU SANS GRAS	MENU SANS GRAS	MENU SANS GRAS	MENU SANS GRAS	MENU SANS GRAS
	Potage poireaux	Velouté de légumes	Potage de pois cassés	Potage à l'oignon	Potage crécy	Potage maraicher	Velouté Dubarry
	Champignons à la Grecque	Betteraves rouges à l'aneth	Poireaux vinaigrette	Concombres sauce ciboulette	Salade de tomates au cerfeuil	Crudités	Terrine de saumon sauce ciboulette
	Roti de dinde sauce dijonnaise	Sauté de bœuf au romarin	Hachis Parmentier	Roti de porc sauce au thym	Beaufilet de colin poêlé sauce estragon	Sauté de porc sauce charcutière	Sauté de veau marengo
	Purée de carottes	Haricots plats – Pommes vapeur	Salade iceberg	Carottes au cumin – Pommes vapeur	Ratatouille Niçoise – Semoule à la coriandre	Choux de Bruxelles – Pommes Lyonnaises	Printanière de légumes
	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre	Fromage sans sel – Beurre
	fruit	Fromage blanc	Salade de fruits sans sucre	Compote sans sucre	Yaourt nature	fruit	Pâtisserie sans sucre