

NOM Prénom :

ADRESSE :

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

**NON**



Tél. : 03 74 54 00 64

**REPAS LIVRÉS AUX DOMICILES : MENUS Du 12 Septembre 2022 au 18 Septembre 2022 (à rendre avant le Lundi 5 Septembre 2022)**

|  | LUNDI 12                               |  | MARDI 13                                       |  | MERCREDI 14                          |  | JEUDI 015                       |  | VENDREDI 16                           |  | SAMEDI 17                 |  | DIMANCHE 18                            |
|--|--|--|--|--|--------------------------------------|--|---------------------------------|--|---------------------------------------|--|---------------------------|--|--|
|  | MENU A                                 |  | MENU A   |  | MENU A                               |  | MENU A                          |  | Menu A                                |  | MENU A                    |  | MENU A                                 |
|  | Potage potiron                         |  | Velouté de légumes                             |  | Potage carotte                       |  | Soupe à l'oignon                |  | Potage cresson                        |  | Potage aux sept légumes   |  | Velouté de poireaux                    |
|  | Salade de tomates                      |  | Macédoine de légumes                           |  | Feuilleté au fromage                 |  | Concombres à la Bulgare         |  | Pâté de foie st condiment             |  | Surimi mayonnaise         |  | Terrine de poisson crème de ciboulette |
|  | Blanquette volaille aux petits légumes |  | Pates à la bolognaise                          |  | Omelette                             |  | Filet de poulet aux champignons |  | Filet de Hoki pané sauce tartare      |  | Sauté de porc aux lardons |  | Boulettes de mouton aux petits légumes |
|  | Riz créole                             |  | Fromage râpé                                   |  | Ratatouille Semoule                  |  | Pennes aux petits légumes       |  | Carottes braisées Pommes persillées   |  | Purée au beurre           |  | Duo de flageolets                      |
|  | Mont Cadi à la coupe beurre            |  | Vache qui rit Beurre                           |  | Emmental à la coupe-Beurre           |  | Tomme-Beurre                    |  | Saint-Paulin à la coupe Beurre        |  | Petit Cotentin Beurre     |  | Roquefort – Beurre                     |
|  | fruit                                  |  | Compote de pommes                              |  | Crème dessert chocolat               |  | Gaufre de Bruxelles             |  | Chou à la crème                       |  | Pêches au sirop           |  | Pudding                                |
|  | MENU B                                 |  | MENU B   |  | MENU B                               |  | MENU B                          |  | Menu B                                |  | MENU B                    |  | MENU B                                 |
|  | Potage potiron                         |  | Velouté de légumes                             |  | Potage carotte                       |  | Soupe à l'oignon                |  | Potage cresson                        |  | Potage aux sept légumes   |  | Velouté de poireaux                    |
|  | Quiche oignons lardons                 |  | Chou-fleur sauce cocktail                      |  | Taboulé                              |  | Tarte aux poireaux              |  | Salade coleslaw                       |  | Betteraves rouges         |  | Bouchée à la reine                     |
|  | Chipolatas sauce aux herbes            |  | Pavé de colin à l'huile d'olive et citron vert |  | Palette ½ sel sauce à l'ancienne     |  | Fricadelles sauce Picalilli     |  | Estouffade de bœuf aux oignons        |  | Tomate farcie             |  | Paupiette de lapin aux pruneaux        |
|  | Lentilles et carottes                  |  | Epinards à la crème Pommes persillées          |  | Salsifis au beurre-Pommes Lyonnaises |  | Pommes sautées                  |  | Pommes Dauphines – Poêlée de brocolis |  | Riz pilaf Piperade        |  | Petits pois Pommes rôtis               |
|  | Mont Cadi à la coupe Beurre            |  | Vache qui rit Beurre                           |  | Emmental à la coupe                  |  | Tomme beurre                    |  | Saint Paulin à la coupe Beurre        |  | Petit Cotentin Beurre     |  | Roquefort Beurre                       |
|  | Yaourt nature sucré                    |  | Mousse au chocolat                             |  | fruit                                |  | Poire cuite à la chiorée        |  | Yaourt aux fruits                     |  | Crème café                |  | Pudding                                |
|  | 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 12                                | MARDI 13  | MERCREDI 14                     | JEUDI 15                        | VENDREDI 16                         | SAMEDI 17                       | DIMANCHE 18                            |
|--|---|---|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|--|
|  | <b>MENU SANS SEL</b>                    | <b>MENU SANS SEL</b>                            | <b>MENU SANS SEL</b>            | <b>MENU SANS SEL</b>            | <b>MENU SANS SEL</b>                | <b>MENU SANS SEL</b>            | <b>MENU SANS SEL</b>                   |
|  | Potage oignons                          | Velouté de légumes                              | Potage carotte                  | Soupe à l'oignon                | Potage cresson                      | Potage aux sept légumes         | Velouté de poireaux                    |
|  | Salade de tomates                       | Chou – fleur citronné                           | Macédoine de légumes            | Concombres vinaigrette          | Salade Coleslaw                     | Betteraves rouges               | Crudités                               |
|  | Blanquette volaille aux petits légumes  | Pavé de colin à l'huile d'olives et citron vert | Omelette                        | Filet de poulet aux champignons | Estouffade de bœuf aux oignons      | Sauté de porc sauce brune       | Boulettes de mouton aux petits légumes |
|  | Riz Créole                              | Epinards<br>Pommes persillées                   | Ratatouille<br>Semoule          | Pennes aux petits légumes       | Pommes vapeur<br>Poêlée de brocolis | Purée au beurre                 | Duo de flageolets                      |
|  | Fromage sans sel<br>Beurre              | Fromage sans sel<br>Beurre                      | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre          | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre             |
|  | fruit                                   | Mousse au chocolat                              | Crème dessert chocolat          | Gaufre de Bruxelles             | Yaourt aux fruits                   | Pêches au sirop                 | Pudding                                |
|  | <b>MENU SANS SUCRE</b>                  | <b>MENU SANS SUCRE</b>                          | <b>MENU SANS SUCRE</b>          | <b>MENU SANS SUCRE</b>          | <b>MENU SANS SUCRE</b>              | <b>MENU SANS SUCRE</b>          | <b>MENU SANS SUCRE</b>                 |
|  | Potage oignons                          | Velouté de légumes                              | Potage carotte                  | Soupe à l'oignon                | Potage cresson                      | Potage aux sept légumes         | Velouté de poireaux                    |
|  | Salade de tomates                       | Chou-fleur citronné                             | Macédoine de légumes            | Concombres vinaigrette          | Salade Coleslaw                     | Betteraves rouges               | Crudités                               |
|  | Blanquettes volaille aux petits légumes | Pavé de colin à l'huile d'olives et citron vert | Omelette                        | Filet de poulet aux champignons | Estouffade de bœuf aux oignons      | Sauté de porc sauce brune       | Boulettes de mouton aux petits légumes |
|  | Riz créole                              | Epinards<br>Pommes persillées                   | Ratatouille<br>Semoule          | Pennes aux petits légumes       | Pommes vapeur<br>Poêlée de brocolis | Purée au beurre                 | Duo de flageolets                      |
|  | Mont Cadi à la coupe                    | Vache qui rit<br>Beurre                         | Emmental à la coupe<br>Beurre   | Tomme<br>Beurre                 | St Paulin à la coupe<br>Beurre      | Petit Cotentin<br>Beurre        | Roquefort<br>Beurre                    |
|  | Fruit                                   | Compote sans sucre                              | Fruit                           | Poire cuite                     | Petits suisses                      | Pêches au sirop sans sucre      | Pâtisserie sans sucre                  |
|  | <b>MENU SANS SEL/SANS SUCRE</b>         | <b>MENU SANS SEL/SANS SUCRE</b>                 | <b>MENU SANS SEL/SANS SUCRE</b> | <b>MENU SANS SEL/SANS SUCRE</b> | <b>MENU SANS SEL/SANS SUCRE</b>     | <b>MENU SANS SEL/SANS SUCRE</b> | <b>MENU SANS SEL/SANS SUCRE</b>        |
|  | Potage oignons                          | Velouté de légumes                              | Potage carotte                  | Soupe à l'oignon                | Potage cresson                      | Potage aux sept légumes         | Velouté de poireaux                    |
|  | Salade de tomates                       | Chou-fleur citronné                             | Macédoine de légumes            | Concombres vinaigrette          | Salade Coleslaw                     | Betteraves rouges               | Crudités                               |
|  | Blanquette volaille aux petits légumes  | Pavé de colin à l'huile d'olives et citron vert | Omelette                        | Filet de poulet aux champignons | Estouffade de bœuf aux oignons      | Sauté de porc sauce brune       | Boulettes de mouton aux petits légumes |
|  | Riz Créole                              | Epinards<br>Pommes persillées                   | Ratatouille<br>Semoule          | Pennes aux petits légumes       | Pommes vapeur<br>Poêlée de brocolis | Purée au beurre                 | Duo de flageolets                      |
|  | Fromage sans sel<br>Beurre              | Fromage sans sel<br>Beurre                      | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre          | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre             |
|  | fruit                                   | Compote sans sucre                              | Fruit                           | Poire cuite                     | Petits suisses                      | Pêches au sirop sans sucre      | Pâtisserie sans sucre                  |
|  | <b>MENU SANS GRAS</b>                   | <b>MENU SANS GRAS</b>                           | <b>MENU SANS GRAS</b>           | <b>MENU SANS GRAS</b>           | <b>MENU SANS GRAS</b>               | <b>MENU SANS GRAS</b>           | <b>MENU SANS GRAS</b>                  |
|  | Potage oignons                          | Velouté de légumes                              | Potage carotte                  | Soupe à l'oignon                | Potage cresson                      | Potage aux sept légumes         | Velouté de poireaux                    |
|  | Salade de tomates                       | Chou-fleur citronné                             | Macédoine de légumes            | Concombres vinaigrette          | Salade Coleslaw                     | Betteraves rouges               | Crudités                               |
|  | Blanquette volaille aux petits légumes  | Pavé de colin à l'huile d'olives et citron vert | Omelette                        | Filet de poulet aux champignons | Estouffade de bœuf aux oignons      | Sauté de porc sauce brune       | Boulettes de mouton aux petits légumes |
|  | Riz Créole                              | Epinards<br>Pommes persillées                   | Ratatouille<br>Semoule          | Pennes aux petits légumes       | Pommes vapeur<br>Poêlée de brocolis | Purée au beurre                 | Duo de flageolets                      |
|  | Fromage sans sel<br>Beurre              | Fromage sans sel<br>Beurre                      | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre          | Fromage sans sel<br>Beurre      | Fromage sans sel<br>Beurre             |
|  | fruit                                   | Compote sans sucre                              | Fruit                           | Poire cuite                     | Petits suisses                      | Pêches au sirop sans sucre      | Pâtisserie sans sucre                  |