Au menu cette semaine -Déjeuner

LE JOUR DU Végé

LUNDI 26 Sep	MARDI 27 Sep		JEUDI 29 Sep	VENDREDI 30 Sep
Salade verte au maïs	**Soupe froide andalouse** *poivrons, oignon, basilic, tomate, concombre, croutons*		**Pamplemousse**	**Coleslaw** *carotte, chou blanc*
Salade de penne vinaigrette	Carottes et pommes râpées		Concombre vinaigrette	Semoule à l'andalouse *couscous, petits pois, Vinaigrette tomate olive thym,*
Filet de lieu	**Saucisse de volaille aux herbes**		Cheeseburger	**Colin sauce bouillabaisse** ★
Merguez	Poissonnette		Fish burger	Riz légumes aux épices Végé *riz, Légumes aux épices*
Haricots beurre saveur orientale	**Carottes laquées**		**Chou-fleur en gratin**	**Ratatouille et riz**
Semoule Bio *Plat BIO*	Haricots blancs à la tomate		Pommes frites	Riz Bio *Plat BIO*
Edam	**Brie**		**Camembert**	**Tomme blanche**
Yaourt nature sucré	Yaourt nature sucré		Yaourt nature sucré	Yaourt nature sucré
Gâteau de semoule au chocolat ★	Compote pommes abricots		**Gâteau au chocolat**	**Cake à la noix de coco**
Fruits	Compote pommes bananes		Pêche à la condé	Entremets caramel
	Compote pommes		Fruits	Fruits

★ Nouveauté Spécialité du chef Végé Végétarien

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

Scannez et découvrez la nouvelle appli App' Table
apptable.elior.com
Télécharger dans l'App Store
DISPONIBLE SUR Google Play

LA ROCHEFOUCAULD COL/LYC

elior

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Liste des 14 allergènes principaux par recette

	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Lundi 26 Septembre - Déjeuner														
	Salade de penne vinaigrette	X	X	X		X							X		
	Salade verte au maïs														
	Filet de lieu	X			X										
	Merguez	X											X		
	Haricots beurre saveur orientale					X							X		
	Semoule Bio		X												
	Edam	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Compote de pommes														
	Fruits														
	Gâteau de semoule au chocolat	X	X												
	Mardi 27 Septembre - Déjeuner														
	Carottes et pommes râpées					X							X		
	Soupe froide andalouse	X	X												
	Poissonnette		X	X	X						X				
	Saucisse de volaille aux herbes	X											X		
	Carottes laquées	X													
	Haricots blancs à la tomate	X													
	Brie	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Compote pommes														
	Compote pommes abricots														
	Compote pommes bananes														
	Mercredi 28 Septembre - Déjeuner														
	Betterave vinaigrette agrume					X							X		
	Carrousel de crudités	X		X		X				X			X		
	Chorizette de porc	X													
	Quiche provençale	X	X	X											
	Duo de courgettes et pommes de terre														

	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Purée de pommes de terre	X				X					X				
	Mimolette	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Fruits														
	Gâteau aux poires	X	X	X											
	Mousse au cacao	X									X				
	Jeudi 29 Septembre - Déjeuner														
	Concombre vinaigrette														
	Pamplemousse														
	Cheeseburger	X	X	X							X		X	X	
	Fish burger	X	X		X	X							X	X	
	Chou-fleur en gratin	X	X												
	Pommes frites														
	Camembert	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Fruits														
	Gâteau au chocolat	X	X	X											
	Pêche à la condé	X													
	Vendredi 30 Septembre - Déjeuner														
	Coleslaw			X		X							X		
	Semoule à l'andalouse		X			X									
	Colin sauce bouillabaisse	X	X		X			X							
	Riz légumes aux épices									X					
	Ratatouille et riz														
	Riz Bio	X													
	Tomme blanche	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Cake à la noix de coco	X	X	X											
	Entremets caramel	X													
	Fruits														