

Au menu cette semaine - Déjeuner

LE JOUR DU 

LUNDI | 17
Oct

Taboulé

Cordon bleu

Chou-fleur en gratin

Riz de grand-mère

Fromage blanc

Mousse chocolat au lait

MARDI | 18
Oct

Salade verte

Torti à la méditerranéenne
Bio 

Bûchette mi-chèvre

Compote de pommes

JEUDI | 20
Oct

Coleslaw
carotte, chou blanc

Rôti de porc au curry


Boullgour aux petits légumes


Epinards à la béchamel

Brie

Fruits

VENDREDI | 21
Oct


Rillettes à la sardine 

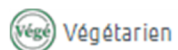
Filet de lieu
noir sauce au curry 

Poêlée brocolis
carottes potirons

Pommes frites

Yaourt nature sucré

Cake à la noix de coco 



Végétarien



Signature
Elior



Pêche
responsabl



Spécialité
du chef













































Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

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 17 Octobre - Déjeuner														
	Carottes marinées à la japonaise		X								X				
	Taboulé		X												
	Cordon bleu	X	X	X							X				
	Omelette au fromage	X		X											
	Chou-fleur en gratin	X	X												
	Riz de grand-mère														
	Fromage blanc	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Fruits														
	Mousse chocolat au lait	X									X				
	Smoothie au lait de coco														
	Mardi 18 Octobre - Déjeuner														
	Betteraves														
	Salade verte					X							X		
	Saumonette				X										
	Torti à la méditerranéenne Bio		X	X			X			X			X		
	Jardinière de légumes	X													
	Torsade	X	X												
	Bûchette mi-chèvre	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Compote de pommes														
	Fruits														
	Orange Bio à la cannelle														
	Mercredi 19 Octobre - Déjeuner														
	Friand au fromage	X	X	X											
	Pamplemousse														
	Mignon de porc					X									
	Pizza au chèvre	X	X								X				
	Lentilles	X								X					

