



Au menu cette semaine - Déjeuner

LE JOUR DU 

LUNDI | 17
Oct

Taboulé

Carottes marinées
à la japonaise 

Omelette au fromage 

Cordon bleu

Chou-fleur en gratin

Riz de grand-mère

Fromage blanc

Yaourt nature sucré

Mousse chocolat au lait

Fruits


Smoothie au lait de coco

MARDI | 18
Oct

Salade verte

Betteraves

Torti à la méditerranéenne Bio

Saumonette 

Jardinière de légumes

Torsade

Yaourt nature sucré

Bûchette mi-chèvre

Compote de pommes

Fruits


Orange Bio à la cannelle

JEUDI | 20
Oct

Salade brie raisins

Coleslaw carotte, chou blanc

Rôti de porc au curry

Filet de colin 

Boullgour aux petits légumes

Epinards à la béchamel

Brie

Yaourt nature sucré

Pudding crème anglaise

Fruits

Banane ananas Bio coco
Plat BIO

VENDREDI | 21
Oct

Houmous de haricots
blancs au curry

Rillettes à la sardine

Filet de lieu noir sauce au curry

Saucisse Knack

Poêlée brocolis carottes potirons

Pommes frites

Montboissier

Yaourt nature sucré

Cake à la noix de coco

Fruits


Compote pommes bananes



 Nouveauté  Végétarien  Pêche responsable

Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

 Signature
Elior













































 Spécialité
du chef

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	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					

