

LES INFOS

Le bureau est à l'honneur !

Chaque mois un des membres de notre société sera à l'honneur afin de vous faire une présentation pour chacun d'entre eux, ils vous partagerons leurs recettes coup de cœur d'un plat, une entrée ou même d'un dessert que vous retrouverez dans votre menu du mois à l'aide de l'onglet  si vous souhaitez le déguster.

Ce mois ci, c'est Laurie qui nous présente sa recette de carbonara aux courgettes.

Laurie travaille au Marmiton depuis 6 ans. Elle a commencé par un remplacement au pôle administratif, a ensuite rejoint le service des inscriptions et fait aujourd'hui partie du service de la comptabilité clients. Elle rédige également les articles des menus que vous retrouvez chaque mois.

Laurie aime profiter de moments simples en famille : se balader dans la nature : au bord de la mer, en montagne ou en garrigue et partager ces instants précieux avec ses proches, pour se ressourcer dans un environnement calme et se déconnecter du quotidien.

Elle a toujours grandi entourée d'animaux et les a toujours adorés. Son animal préféré depuis l'enfance est le dauphin, qui la fascine. Elle a eu la chance de réaliser ce rêve d'enfant en nageant avec eux à l'île Maurice lors d'un voyage en 2018, une expérience inoubliable.

RECETTE

Carbonara aux courgettes



Ingrédients

- 500g de pâtes
- 1 oignon
- 50 cl de crème fraîche
- 3 courgettes
- Huiles d'olives
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- 2 jaune d'œufs
- 250g de lardons
- Parmesan (facultatif)

Préparation pour 4 personnes

 Préparation : 20 minutes

 Cuisson : 15 minutes

- 1/ Cuire les pâtes dans un grand volume d'eau bouillante.
- 2/ Laver les courgettes. À l'aide d'un économe, réalisez de fines tagliatelles en vous arrêtant avant les pépins. (vous pouvez également les couper en morceaux si vous préférez).
- 3/ Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle, puis faites cuire les courgettes à feu doux. (Elles doivent rester légèrement croquantes).
- 4/ Emincer les oignons et les faire revenir à la poêle. Dès qu'ils ont bien dorés, y ajouter les lardons.
- 5/ Préparer dans un saladier la crème fraîche, les œufs, le sel, le poivre et mélanger.
- 6/ Retirer les lardons du feu dès qu'ils sont dorés et les ajouter à la crème.
- 7/ Une fois les pâtes cuites, les égoutter et y incorporer la crème. Remettre sur le feu avec les courgettes et le parmesan.

SOLUTIONS JEUX

Mars 2026

PRATICIEN	Prévoir suffisamment tôt	ANTICIPER
TUBIREQ	Il sert à allumer	BRIQUET
SPAIN	Décoration du Noël	SAPIN
CLETONIES	Elles permettent d'élire le président	ÉLECTIONS
ADMISE	Avant dernier jour de la semaine	SAMEDI
REVER	Ustensile pour boire	VERRE
NOIVA	Moyen de transport le plus rapide	AVION
SIBOSU	Qu'est-ce qu'on aime en recevoir des...	BISOUS
SUER	Attention en les traversant	RUES
VIELIOR	Il permet de produire une huile réputée	OLIVIER

MENU CONSTANT DU MOIS & INFOS

3EME MENU

ENTRÉE : Salade composée

PLAT : Potatoes burger
Purée de courge



JEUX

Mots mêlés & charade

PAQUES

Ç H L N V W O G F E A M
G I G O T E Q C S B Q K
L Z F X U T V S J D N J
O S B F R C A X Q I C M
N L S G O H W Z S I I X
I U D M C O I S Z Ç U Ç
P N J O G C U P U A F G
A D T F C O C R W R D P
L I Ç U P L D I W Ç A B
B Y V M Q A G N Q N V E
S F L I G T N T I M U P
C L O C H E P E B U C H
W R I N U F R M A U P Q
R T S E U Q A P S I X E
Y E L U O P Q S H K K H

PAQUES	PRINTEMPS
LAPIN	GIGOT
CLOCHE	CHOCOLAT
OEUF	PANIER
POULE	CHASSE
POUSSIN	LUNDI

Mon premier est le contraire de froid.
Mon second est le haut d'une montagne.
Mon troisième est la première lettre de l'alphabet.
Mon tout est très apprécié des enfants !

 04 84 25 35 71 (siège social)

 contact@lemarmiton.net

 www.lemarmiton.net

Les menus sont établis sous réserve de modifications ; toute annulation à moins de 72h hors week-end et hors jours fériés avant la date de passage sera facturée.



SUIVEZ-NOUS !

Menu
Avril 2026

Les allergènes présents dans nos repas sont disponibles sur les étiquettes de vos barquettes en MAJUSCULE.

SEMAINE 18

SEMAINE 17

SEMAINE 16

SEMAINE 15

SEMAINE 14

	lundi 30 mars	mardi 31 mars	mercredi 01 avr	jeudi 02 avr	vendredi 03 avr	samedi 04 avr	dimanche 05 avr
1	M Pizza fromage Poisson meunière Navets fondants Fromage à la coupe Fruit	M Salade de museau* Pilon de poulet tex/mex - VF Poêlée méridionale Fromage Compote	M Salade d'endives Escalope à la crème - VF Coquillettes Fromage Fruit	M Cake jambon dinde/olives Bourride de la mer Courgettes Fromage Dessert lacté	M Salade de pâtes Côte de porc* - VF Petits pois à la Française* Fromage Marbré Italien	M Feuilleté hot-dog* Paupiette de lapin Galette de brocolis Fromage Fruit	M Salade italienne Civet de cerf - VF Flageolets Fromage Dessert de pâques
2	S Salade Asiatique Dessert lacté	S Salade Méditerranéenne* Dessert lacté	S Salade Parmentière Dessert lacté	S Blé à la Niçoise Dessert lacté	S Salade Bulgare Dessert lacté	S Salade Tex/Mex Dessert lacté	S Salade de lentilles Dessert lacté
S+	Samoussa	Tomate farcie*	Feuilleté au chèvre	Croque monsieur*	Quiche aux légumes	Cake moelleux à la carotte	Galette de sarrasin*
2	M Salade provençale Lasagnes boloquaise - VF Fromage à la coupe Fruit	M Cœurs de palmier Sauté de dinde à l'ananas Farfalles Fromage Compote	M Avocat crevettes Sauté de porc au curry* - VF Salsifis Fromage Fruit	M Céleri rémoulade Chou farci* - VF Riz Fromage Dessert lacté	M Salade de surimi Truite Tagliatelles Fromage Marbré Italien	M Mousse de foie de canard Steak de veau - VF Jeunes carottes au persil Fromage Fruit	M Champignons à la Grecque Lasagnes au saumon Fromage Dessert de pâques
3	S Salade Asiatique Dessert lacté	S Salade Méditerranéenne* Dessert lacté	S Salade Parmentière Dessert lacté	S Blé à la Niçoise Dessert lacté	S Salade Bulgare Dessert lacté	S Salade Tex/Mex Dessert lacté	S Salade de lentilles Dessert lacté
S+	Samoussa	Tomate farcie*	Feuilleté au chèvre	Croque monsieur*	Quiche aux légumes	Cake moelleux à la carotte	Galette de sarrasin*
3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
1	M Macédoine de légumes Spaghettis boloquaise - VF Fromage à la coupe Fruit	M Concombre au thon Steak de poisson Poêlée champêtre Fromage Compote	M Œufs mayonnaise Boulettes de bœuf au poivre Boulgour au beurre Fromage Fruit	M Tarte à l'oignon Couscous - VF Fromage Dessert lacté	M Terrine de légumes Poisson pané Carottes Vichy Fromage Panna Cotta	M Salade coleslaw Hachi parmentier - VF Fromage Fruit	M Salade Grecque Sauté de bœuf Bourguignon - VF Riz Fromage Beignet aux pommes
2	S Salade Camarquaise Dessert lacté	S Salade Océane Dessert lacté	S Salade Bretonne* Dessert lacté	S Blé pêcheur Dessert lacté	S Salade Comtoise Dessert lacté	S Salade Parisienne* Dessert lacté	S Salade Auvergnate* Dessert lacté
S+	Beignets de Légumes	Millefeuille poireaux/bacon*	Croissant au jambon*	Tarte provençale	Nems	Omelette aux oignons	Wrap aux légumes
2	M Carottes râpées Sauté de veau aux olives - VF Blé à la savennaise Fromage à la coupe Fruit	M Salade d'artichaut Choucroute à l'Alsacienne* - VF Fromage Compote	M Salade composée Saucisse* - VF Haricots blancs à la Dijonnaise Fromage Fruit	M Haricots verts en salade Cordon bleu Ratatouille Fromage Dessert lacté	M Légumes croquants Tomate farcie* - VF Riz Fromage Panna Cotta	M Feuilleté aux légumes Escalope Viennoise Jardinière de légumes Fromage Fruit	M Rosette/beurre Filet mignon de porc* - VF Légumes Fromage Beignet aux pommes
3	S Salade Camarquaise Dessert lacté	S Salade Océane Dessert lacté	S Salade Bretonne* Dessert lacté	S Blé pêcheur Dessert lacté	S Salade Comtoise Dessert lacté	S Salade Parisienne* Dessert lacté	S Salade Auvergnate* Dessert lacté
S+	Beignets de Légumes	Millefeuille poireaux/bacon*	Croissant au jambon*	Tarte provençale	Nems	Omelette aux oignons	Wrap aux légumes
3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
1	M Pomelo Colin sauce citron Polenta crémeuse Fromage à la coupe Fruit	M Crêpe aux champignons Tortellinis ricotta-épinard Fromage Compote	M Salade marmiton Tripes à la mode de Caen* - VF Pommes de terre vapeur Fromage Fruit	M Quiche à l'épinard Gratin de fruits de mer Haricots verts persillés Fromage Dessert lacté	M Terrine de légumes Paupiette de saumon Épinard à la crème Fromage Tartelette à l'abricot	M Salade paysanne* Carbonara courgettes* Fromage Fruit	M Concombre au yaourt Poisson à la Bordelaise Pommes sautées Fromage Dessert de pâques
2	S Salade Californienne Dessert lacté	S Salade César Dessert lacté	S Salade Atlantique Dessert lacté	S Blé à la Grecque Dessert lacté	S Salade de radis à l'orientale Dessert lacté	S Salade de légumes du soleil Dessert lacté	S Salade de lentilles au légumes Dessert lacté
S+	Tortilla	Tarte poivrons/chorizo/feta*	Gratin de Gnocchis courgettes	Wrap au saumon	Beignets de brocolis	Gratin d'artichauts	Quiche Lorraine*
2	M Salade de chou rouge Endives au jambon* - VF Fromage à la coupe Fruit	M Salade de pois chiches Joue de porc confite* - VF Chou de Bruxelles Fromage Compote	M Accras de morue Moussaka Fromage Fruit	M Cœurs de palmier Normandin de veau Purée Fromage Dessert lacté	M Maquereau Cuisse de poulet basquaise - VF Poêlée wok Fromage Tartelette à l'abricot	M Croisillon aux champignons Lapin à la moutarde Carottes Fromage Fruit	M Pâté de tête persillé* Sauté de poulet à la Niçoise - VF Pennes Fromage Dessert de pâques
3	S Salade Californienne Dessert lacté	S Salade César Dessert lacté	S Salade Atlantique Dessert lacté	S Blé à la Grecque Dessert lacté	S Salade de radis à l'orientale Dessert lacté	S Salade de légumes du soleil Dessert lacté	S Salade de lentilles au légumes Dessert lacté
S+	Tortilla	Tarte poivrons/chorizo/feta*	Gratin de Gnocchis courgettes	Wrap au saumon	Beignets de brocolis	Gratin d'artichauts	Quiche Lorraine*
3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
1	M Salade verte au fromage Osso bucco - VF Flageolets Fromage à la coupe Fruit	M Salade de chou blanc Boudin blanc* - VF Purée Fromage Compote	M Cake aux olives Poisson à la Florentine Fromage Fruit	M Salade Italienne Merquez - VF Ratatouille Fromage Dessert lacté	M Salade d'endives au bleu Paëlla* - VF Sans porc pour régime Fromage Tiramisu	M Feuilleté dubarry Chipolatas* - VF Purée de carottes Fromage Fruit	M Salade Chillienne Omelette au fromage Salade composée Fromage Tarte citron meringuée
2	S Salade Nicoise Dessert lacté	S Salade Vénitienne Dessert lacté	S Salade Strasbourgeoise* Dessert lacté	S Taboulé à l'orientale Dessert lacté	S Salade Indienne Dessert lacté	S Quinoa à la Mexicaine Dessert lacté	S Salade de lentilles à la Grecque Dessert lacté
S+	Pizza royale*	Aubergine farcie	Accras de Morue	Quiche au thon	Feuilleté épinard	Clafoutis tomate et chèvre	Galette complètes*
2	M Salade Périgourdine Cervelas Obernais* Haricots beurre Fromage à la coupe Fruit	M Salade de tomate Sauté de veau - VF Poêlée 4 saisons Fromage Compote	M Pomelo Escalope de porc charcutière* - VF Pommes de terre rissolées Fromage Fruit	M Pissaladière Tajine d'agneau - VF Semoule Fromage Dessert lacté	M Panibuns Raie aux câpres Salsifis Fromage Tiramisu	M Poireaux vinaigrette Hoki sauce citron Champignons/pommes de terre Fromage Fruit	M Rillettes* Rôti de veau à la Normandie - VF Riz créole Fromage Tarte citron meringuée
3	S Salade Nicoise Dessert lacté	S Salade Vénitienne Dessert lacté	S Salade Strasbourgeoise* Dessert lacté	S Taboulé à l'orientale Dessert lacté	S Salade Indienne Dessert lacté	S Quinoa à la Mexicaine Dessert lacté	S Salade de lentilles à la Grecque Dessert lacté
S+	Pizza royale*	Aubergine farcie	Accras de Morue	Quiche au thon	Feuilleté épinard	Clafoutis tomate et chèvre	Galette complètes*
3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
1	M Calamars à la Romaine Jambon grillé* - VF Brocolis Fromage à la coupe Fruit	M Salade d'avocat Brandade de morue Fromage Compote	M Salade de céréales Saucisses de volaille - VF Courgettes Fromage Fruit	M Pissaladière Boulettes de veau au poivre - VF Boulgour Fromage Fruit	M Flan de courgettes Alouette de bœuf Linguines Fromage Flan	M Feuilleté fromage Boudin noir* - VF Purée de céleri Fromage Fruit	M Salade de haricots verts Saumonette Pommes noisettes Fromage Millefeuille
2	S Macédoine de légumes Dessert lacté	S Salade lentilles au saumon Dessert lacté	S Salade vénitienne Dessert lacté	S Salade Asiatique Dessert lacté	S Salade Méditerranéenne* Dessert lacté	S Salade Parmentière Dessert lacté	S Blé niçois Dessert lacté
S+	Pizza poivrons/mozza	Nems à la volaille	Tomate farcie au thon	Beignets de légumes	Croq œuf	Galette sarrasin jambon/fromage*	Quiche aux poireaux
2	M Salade Sirtaki Thon à la Catalane Céréales à l'italienne Fromage à la coupe Fruit	M Radis beurre Chausson de dinde bolo Légumes à la provençale Fromage Compote	M Céleri au bleu Poule au pot - VF Pommes de terre grenailles Fromage Fruit	M Tarte aux légumes Moelleux d'épaule de porc* - VF Haricots plats Fromage Fruit	M Roulade de volaille aux olives Poisson du jour Fondue de poireaux Fromage Flan	M Chou fleur en salade Tortellinis de bœuf - VF Fromage Fruit	M Assiette de charcuterie Rôti de porc* - VF Navets fondants Fromage Millefeuille
3	S Macédoine de légumes Dessert lacté	S Salade lentilles au saumon Dessert lacté	S Salade vénitienne Dessert lacté	S Salade Asiatique Dessert lacté	S Salade Méditerranéenne* Dessert lacté	S Salade Parmentière Dessert lacté	S Blé niçois Dessert lacté
S+	Pizza poivrons/mozza	Nems à la volaille	Tomate farcie au thon	Beignets de légumes	Croq œuf	Galette sarrasin jambon/fromage*	Quiche aux poireaux
3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3

Les menus sont établis sous réserve de modifications,

Toute annulation à moins de 72H hors week-end avant la date de passage sera facturée

(*) PLATS CONTENANT DU PORC
VF = VIANDE FRANCAISE

Exemplaire client à conserver

LES INFOS

Le bureau est à l'honneur !

Chaque mois un des membres de notre société sera à l'honneur afin de vous faire une présentation pour chacun d'entre eux, ils vous partagerons leurs recettes coup de cœur d'un plat, une entrée ou même d'un dessert que vous retrouverez dans votre menu du mois à l'aide de l'onglet  si vous souhaitez le déguster.

Ce mois ci, c'est Laure qui nous présente sa recette de la blanquette de veau.

Laure travaille au Marmiton depuis maintenant 13 ans. Elle accorde une grande importance à la qualité du service qu'elle propose et veille toujours à fournir un travail soigné, avec sérieux et professionnalisme. Véritable épicurienne, elle croque la vie à pleines dents et accorde une place de choix à la famille et aux amis, qui sont au cœur de son équilibre personnel. En dehors de son activité professionnelle, elle aime consacrer son temps libre à des moments privilégiés avec ses proches ainsi qu'à des activités créatives. Globe-trotteuse dans l'âme, Laure aime également découvrir de nouveaux horizons et s'émerveiller devant la richesse des cultures et des paysages à travers le monde. Cette ouverture nourrit sa curiosité et lui permet de se ressourcer.

RECETTE

Blanquette de veau

Ingrédients

- 1 kg de blanquette de veau
- 1 bouillon de poule
- Quelques champignons frais
- 1 jaune d'oeuf
- 2 carottes
- 1 oignon
- 1 petit pot de crème fraîche
- farine
- sel
- poivre
- 1 bouillon de légumes



- 5- Laisser mijoter à feu très doux environ 1h30 à 2h00 en remuant. Si nécessaire, ajouter de l'eau de temps en temps.
- 7- Dans un bol, mélangez bien la crème fraîche et le jaune d'œuf. Ajoutez ce mélange au dernier moment, remuez bien et servez aussitôt, accompagné de riz.
- 8- Pour plus de gourmandise : faites une béchamel en remplaçant le lait par le jus de la viande et servez la sauce à part

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 2 heures

Préparation pour 4 personnes

- 1- Faire revenir la viande dans un peu de beurre doux jusqu'à ce que les morceaux soient un peu dorés.
- 2- Saupoudrer de 2 cuillères de farine. Bien remuer.
- 3- Ajouter 2 ou 3 verres d'eau, les cubes de bouillon. Rajouter de l'eau si nécessaire pour couvrir.
- 4- Couper les carottes en rondelles et émincer les oignons puis les incorporer à la viande, ainsi que les champignons.

JEUX

Assembler les syllabes

Assembler deux syllabes pour faire un mot

THEME : LES Légumes

Exemple POI + REAU = POIREAU

-	-	-
-	-	-
-	-	-
-	-	-
-	-	-
-	-	-

Le bureau est à l'honneur !

CHAUT	BRO	ATE	FLA	EMBRE	GINE
DIVE	MÂ	COR	DIS	HARI	OI
TUE	FE	NARD	IRON	COLI	BETT
GEOLET	OTTE	TILLE	ÉCHA	EN	NA
CÉ	ÉPI	PAT	ARTI	OUILLE	CHE
NICHON	AUBER	GNON	CAR	LERI	GING
RA	PERGE	COT	ERAVE	CITR	LOTE
LEN	POT	LAI	VET	AS	NOUIL

Le Marmiton

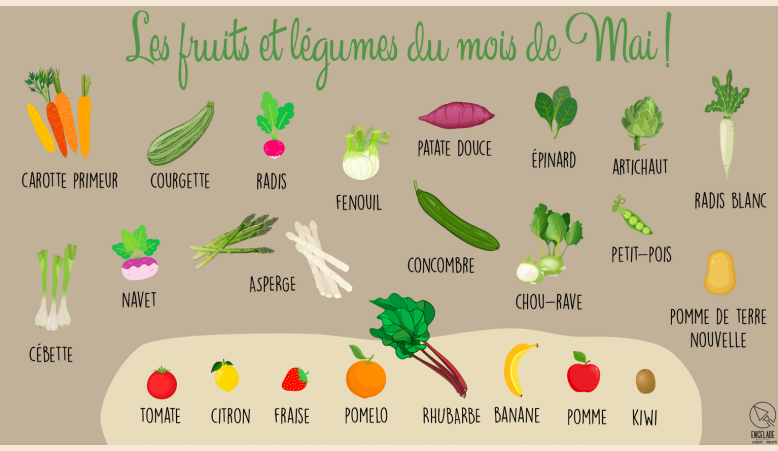
Coopérative des Saveurs

MENU CONSTANT DU MOIS & INFOS

3EME MENU

ENTRÉE : Feuilleté poulet-champignons

PLAT : Dos de lieu sauce beurre blanc sur lit de légumes



La fête des Mères apparaît en France dès 1918, sous l'influence du Mother's Day américain introduit par les soldats venus après la Première Guerre mondiale. Elle est ensuite officialisée pendant la Seconde Guerre mondiale par le régime de Vichy, dirigé par Philippe Pétain, dans le but d'encourager la natalité, en mettant surtout à l'honneur les mères de familles nombreuses. Enfin, le 24 mai 1950, la fête des Mères devient une célébration officielle inscrite dans le calendrier républicain par une loi de la IVe République.

SOLUTIONS JEUX

Mon premier est le contraire de froid.
Mon second est le haut d'une montagne.
Mon troisième est la première lettre de l' alphabet
Mon tout est très apprécié des enfants !

CHAUD - COL - A = CHOCOLAT

PAQUES

Ç	H	L	N	V	W	O	G	F	E	A	M
G	I	G	O	T	E	Q	C	S	B	Q	K
L	Z	F	X	U	T	V	S	J	D	N	J
O	S	B	F	R	C	A	X	Q	I	C	M
N	L	S	G	O	H	W	Z	S	I	I	X
I	U	D	M	C	O	I	S	Z	C	U	Ç
P	N	J	O	G	C	H	P	U	A	F	G
A	D	T	F	C	O	C	R	W	R	D	P
L	I	Ç	U	F	L	D	I	W	Ç	A	B
B	Y	V	M	Q	A	G	N	Q	N	V	E
S	F	L	I	G	T	N	T	I	M	U	P
C	L	O	C	H	E	P	E	B	U	C	H
W	R	I	N	U	F	R	M	A	U	P	Q
R	T	S	E	U	Q	A	P	S	I	X	E
Y	E	L	U	O	P	Q	S	H	K	K	H

Avril 2026

 04 84 25 35 71 (siège social)

 contact@lemarmiton.net

 www.lemarmiton.net

Les menus sont établis sous réserve de modifications ; toute annulation à moins de 72h hors week-end et hors jours fériés avant la date de passage sera facturée.



SUIVEZ-NOUS !

Menu
Mai 2026

Les allergènes présents dans nos repas sont disponibles sur les étiquettes de vos barquettes en MAJUSCULE.

SEMAINE 19 SEMAINE 20 SEMAINE 21 SEMAINE 22

	lundi 04 mai	mardi 05 mai	mercredi 06 mai	jeudi 07 mai	vendredi 08 mai	samedi 09 mai	dimanche 10 mai
3	Poivrons grillés à l'Espagnole	Tomates pesto et mozza	Salade de maquereau	Tarte à la carotte	Haricots rouges/avocat en salade	Feuilleté à la saucisse *	Pâté en croûte
1	Paëlla* - VF	Hachis parmentier - VF	Escalope de veau à la crème - VF	Omelette aux oignons	Tortelinis aux champignons	Filet de poulet braisé	Rôti de dinde - VF
S	Sans porc pour régime		Carottes / champignons	Salade Frisée	à l'ail des ours Bio	Purée de navets à l'échalotte	Légumes de printemps
S+	Fromage à la coupe	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Fruit	Compote	Fruit	Fruit	Flan	Compote	Millefeuille
3	Macédoine de légumes	Salade lentilles au saumon	Salade vénitienne	Salade Asiatique	Salade Méditerranéenne *	Salade Parmentière	Blé niçois
2	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté
S	Pizza poivrons/mozza	Nems à la volaille	Tomate farcie au thon	Beignets de brocolis	Tomate farcie	Galette sarrasin jambon/fromage *	Quiche aux poireaux
S+	Cœurs de palmier	Petits pois / œufs /quinoa	Asperges et jambon de parme *	Radis beurre	Courgettes râpées coriandre	Pomelo	Artichaut en salade
3	Spaghettis bolognaise - VF	Sauté de dinde à l'ananas - VF	Sauté d'agneau aux abricots - VF	Boulettes de bœuf provençale	Linguines aux crevettes	Moussaka - VF	Poisson meunière
2	Fromage à la coupe	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
1	Fruit	Compote	Fruit	Fruit	Flan	Compote	Millefeuille
S	Macédoine de légumes	Salade lentilles au saumon	Salade vénitienne	Salade Asiatique	Salade Méditerranéenne *	Salade Parmentière	Blé niçois
S+	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté
3	Pizza poivrons/mozza	Nems à la volaille	Tomate farcie au thon	Beignets de brocolis	Tomate farcie	Galette sarrasin jambon/fromage *	Quiche aux poireaux
Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
3	Salade de betteraves	Salade de fèves et poivrons	Salade d'aubergines	Salade de tomates	Salade pâtes/saumon/amandes	Endives valentines	Salade de petit pois
1	Lasagnes à la bolognaise - VF	Poisson	Risotto aux champignons	Steack haché sauce barbecue - VF	Cabillaud aux tomates	Pâtes à la carbonara * - VF	Rôti de porc * - VF
S	Fromage à la coupe	Gratin de blettes au parmesan	Fromage	Blé aux tomates	poivrons et oignons	Purée de pdt	Purée de pdt
S+	Fruit	Fromage	Fruit	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
3	Salade Indienne	Taboulé Libanais	Salade Californienne	Salade Pasta Italia *	Clafoutis poire/chocolat	Salade Bulgare	Salade Caesar
2	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté
S	Flan de légumes	Feuilleté au fromage	Clafoutis chèvre et courgettes	Croissant jambon fromage *	Wrap de légumes	Croque monsieur *	Crêpe champignons
S+	Taboulé chou-fleur à l'oriental	Chou rouge/pomme/poulet	Fusillis/tomates confites/mozza	Tarte à l'oignon	Céleri remoulade	Croisillon aux champignons	Mousse de canard
3	Rouille	Choucroute * - VF	Sauté de porc - VF	Mignon de porc lardé * - VF	Aiguillettes de poulet miel/curry - VF	Raviolis au poulet	Nuggets de poulet - VF
2	Fromage à la coupe	Fromage	Poêlée de légumes	Gratin d'épinards	Riz	Légumes croquants	Mechouia d'aubergines
1	Fruit	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
S	Salade Indienne	Taboulé Libanais	Salade Californienne	Salade Pasta Italia *	Clafoutis poire/chocolat	Compote	Carré surprise
S+	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Salade Tex Mex	Salade Bulgare	Salade Caesar
3	Flan de légumes	Feuilleté au fromage	Clafoutis chèvre et courgettes	Croissant jambon fromage *	Wrap de légumes	Dessert lacté	Dessert lacté
Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
3	Méli-mélo crudités à l'ananas	Feuilleté légumes	Concombres à la crème	Flammenkueche*	Tomate farcie au maïs	Chou blanc émincé noix/raisins	Salade Niçoise
1	Fideuà	Cordon bleu de dindonneau	Chili con carne	Poisson	Colin sauce au beurre blanc	Cassoulet * - VF	Rôti de bœuf - VF
S	Fromage à la coupe	Cœur d'artichauts braisé	Riz basmati	Curry de légumes à l'indienne	Carottes sautées	Fromage	Pommes noisettes
S+	Fruit	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
3	Salade Camargaise	Salade Auvergnate *	Blé niçois	Salade Vénitienne	Gâteau à la rhubarbe	Salade piémontaise *	Tarte au citron
2	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Salade de Riz	Dessert lacté	Artichaut printanier
S	Tortilla	Cake chorizo/tomates *	Galette complète	Accras de morue	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté
S+	Grain de blé en salade	Avocat	Pois chiches en salade	Chou-fleur en salade	Cake carottes/cumin	Croq œuf	Gratin dauphinois à la ricotta
3	Paupiette de dinde	Blanquette de veau - VF	Œufs florentine	Chou-fleur en salade	Brocolis en salade	Feuilleté dubarry	Salade chinoise
2	Ratatouille	Riz	Fromage	Saucisses de volaille - VF	Pintade rôtie à l'orange - VF	Lapin à la moutarde	Tortilla
1	Fromage à la coupe	Fromage	Fromage	Pâtes papillons aux asperges	Pennes	Courgettes sautées	Poêlée printanière
S	Fruit	Compote	Fruit	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
S+	Salade Camargaise	Salade Auvergnate *	Blé niçois	Salade Vénitienne	Gâteau à la rhubarbe	Compote	Tarte au citron
3	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Salade de Riz	Salade piémontaise *	Artichaut printanier
Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
3	Crudités crumble	Radis beurre	Champignons à la Grecque	Pizza 4 fromages	Betteraves en meurotte	Salade printanière	Terrine de lapin
1	Gardiane de taureau - VF	Boudin noir - VF	Lasagnes épinard/ricotta	Alouette de bœuf	Médailon de merlu sauce beurre	Boulettes de veau aux olives	Rôti de veau - VF
S	Riz Camarguais	Petits pois à la française *	Fromage	Carottes / champignons	Riz basmati	Pdt sautées	Purée de légumes
S+	Fromage à la coupe	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
3	Fruit	Compote	Fruit	Fruit	Moelleux aux pommes	Compote	Beignet au chocolat
2	Salade de pâtes	Salade Californienne	Salade Grecque	Blé pêcheur	Salade Asiatique	Salade Atlantique	Lentilles aux légumes
1	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté
S	Beignets de brocolis	Tarte à la tomate	Wrap au thon	Samoussas	Feuilleté saumon	Croissant jambon/fromage *	Omelette italienne
S+	Salade de maïs	Salade de céréales	Taboulé	Fenouil au pamplemousse	Salade de sardines	Feuilleté à la viande	Petits pois et menthe en salade
3	Gratin de poisson	Agneau à la menthe - VF	Aiguillettes de poulet au miel - VF	Steak haché de porc * - VF	Endives au jambon *	Bœuf bourguignon - VF	Tielle à la sêtoise
2	Navets	Chou chinois	Balsamique/sésame/ brocolis	Semoule aux carottes	Fromage	Carottes vichy	Salade composée
1	Fromage à la coupe	Fromage	Fromage	Fromage	Moelleux aux pommes	Compote	Fromage
S	Fruit	Compote	Fruit	Fruit	Salade Asiatique	Salade Atlantique	Beignet au chocolat
S+	Salade de pâtes	Salade Californienne	Salade Grecque	Blé pêcheur	Dessert lacté	Dessert lacté	Lentilles aux légumes
3	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Dessert lacté	Feuilleté saumon	Croissant jambon/fromage *	Dessert lacté
Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3

Les menus sont établis sous réserve de modifications,
Toute annulation à moins de 72H hors week-end avant la date de passage sera facturée

(*) PLATS CONTENANT DU PORC
VF = VIANDE FRANCAISE