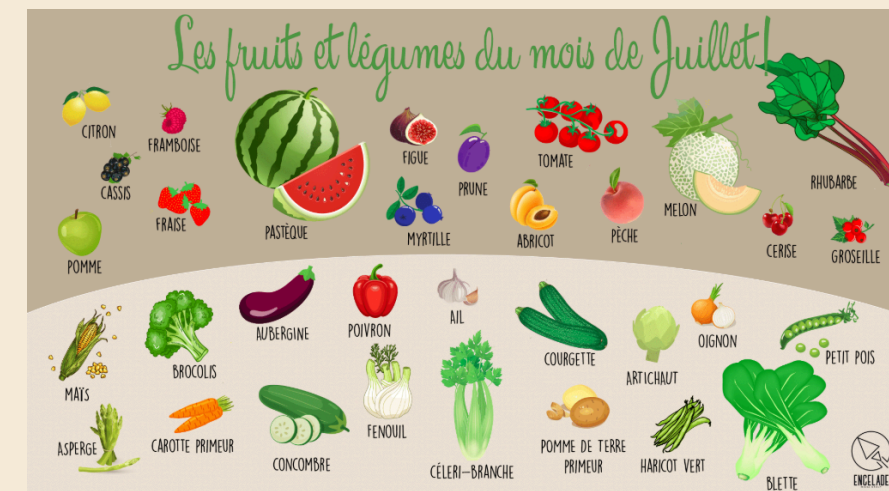


MENU CONSTANT DU MOIS & INFOS

3EME MENU

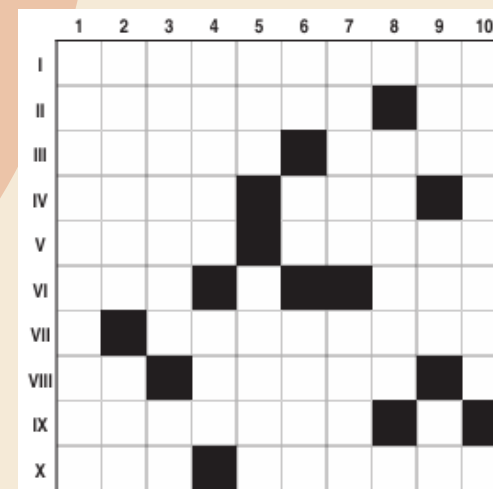
ENTRÉE : Bouchée aux petit pois / citron

PLAT : Steak haché de poulet
Duo haricots verts / beurre



JEU

Mots croisés



HORIZONTALEMENT
 I. On est censé y manger mieux qu'en 1 vertical, mais ça n'est pas toujours vrai. II. Tête en l'air. Bientôt plus que 27. III. Gras sur les bonnes tables, en crise chez les gros mangeurs. Salé, en ce qui concerne l'addition. IV. Nation celtique. Pour appeler. V. Ouvrent les portes et les portées. Elle a une certaine pêche sur la carte. VI. Planté sur le parcours. Grugés. VII. Dans certaines gargotes, elles sont serrées autour de la table, à défaut d'être grillées. VIII. Quatuor romain. Déesse de la chasse. IX. Un classique de la cuisine italienne. X. Fourmis des technocrates. Charnel.

VERTICALEMENT
 1. Salle à manger. 2. Le sésame pour entrer dans un célèbre petit livre rouge. Cuit à l'apéro. 3. De bonnes occasions d'aller au restaurant. Possessif. 4. Abattues. Presque adulte. 5. Commune de l'île de Ré. Cuits comme des poulets. 6. Bout de noeud. Onze à Marseille. Rendez-vous avec l'histoire. 7. Il faut l'être assurément pour s'offrir une très bonne table. Acier chromé. 8. Belle au dessert. 9. Sans effets, mais pas forcément sur celui qui la regarde. Sifflée (la bouteille). Entendu à Marseille. 10. Un endroit à manger dehors.

Le 14 juillet est la fête nationale française. Cette date commémore la prise de la Bastille en 1789, un événement important de la Révolution française qui symbolise la fin de l'absolutisme et la naissance des valeurs de liberté, d'égalité et de fraternité.

Aujourd'hui, cette journée est célébrée dans toute la France avec diverses festivités. On peut assister au défilé militaire sur les Champs-Élysées à Paris, ainsi qu'à des cérémonies officielles dans de nombreuses villes.

Le soir, des bals populaires et des feux d'artifice sont organisés un peu partout dans le pays. Le 14 juillet est un moment de fête et de rassemblement pour les Français, qui célèbrent leur histoire et les valeurs de la République.

RECETTE Cabillaud velouté chorizo & poivrons



Préparation pour 4 personnes

Préparation : 20 minutes / Cuisson : 25 minutes

Ingrédients

- 4 pavés de cabillaud
- 100 g de chorizo
- 1 poivron rouge
- 1 oignon
- 20 cl de crème liquide
- 10 cl de fumet de poisson ou de bouillon
- Vin blanc
- Sel et poivre

- 1/ Lavez et coupez le poivron en petits dés. Épluchez et émincez l'oignon.
- 2/ Retirez la peau du chorizo et coupez-le en petits morceaux.
- 3/ Faites revenir les oignons et le chorizo. Déglacez au vin blanc, salez.
- 4/ Mouillez avec le fumet de poisson, laissez réduire, puis ajoutez la crème.
- 5/ Vérifiez l'assaisonnement. Mixez la sauce pour obtenir une texture lisse et veloutée. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
- 6/ Faites rôtir les poivrons et ajoutez-les à la préparation.
- 7/ Faites cuire les pavés de cabillaud à la poêle ou au four pendant 10 à 12 minutes selon leur épaisseur.
- 8/ Disposez le cabillaud dans les assiettes et nappez généreusement de sauce au chorizo et aux poivrons.
- 8/ Servez avec du riz.

SOLUTIONS JEUX

Juin 2026

5	4	3	9	2	1	8	7	6
2	1	9	6	8	7	5	4	3
8	7	6	3	5	4	2	1	9
9	8	7	4	6	5	3	2	1
3	2	1	7	9	8	6	5	4
6	5	4	1	3	2	9	8	7
7	6	5	2	4	3	1	9	8
4	3	2	8	1	9	7	6	5
1	9	8	5	7	6	4	3	2

8	7	6	5	4	3	1	9	2
5	4	3	2	1	9	7	6	8
2	1	9	8	7	6	4	3	5
1	9	8	7	6	5	3	2	4
4	3	2	1	9	8	6	5	7
7	6	5	4	3	2	9	8	1
3	2	1	9	8	7	5	4	6
6	5	4	3	2	1	8	7	9
9	8	7	6	5	4	2	1	3

☎ 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
Juillet 2026

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

SEMAINE 27

SEMAINE 28

SEMAINE 29

SEMAINE 30

SEMAINE 31

	lundi 27 juin	mardi 28 juin	mercredi 29 juin	jeudi 30 juin	vendredi 01 juillet	samedi 02 juillet	dimanche 03 juillet
1	M Pois chiche Andaloue Cordon bleu de dinde - VF Haricots-verts Fromage à la coupe Fruit S Salade Asiatique Dessert lacté S+ Samoussas	M Melon Paëlla* <i>sans porc pour régime</i> Fromage Dessert lacté S Salade Méditerranéenne* Dessert lacté S+ Feuilleté au fromage	M Salade Lyonnaise* Filet mignon* au miel - VF Jeunes carottes Fromage Compote S Salade Parmentière Dessert lacté S+ Clafoutis chèvre et courgette	M Brocolis sauce poivron Saucisse de morteau* - VF Lentilles/carottes Fromage Fruit S Blé à la Niçoise Dessert lacté S+ Croissant jambon fromage*	M Carottes râpées à l'orange Risotto aux champignons Fromage Crème spéculos Salade Bulgare Dessert lacté S Wrap de légumes	M Salade Alsacienne Cabillaud, velouté chorizo/poivrons Riz Fromage Compote S Salade Tex/Mex Dessert lacté S+ Croque monsieur*	M Salade de tomate/mozza Rôti de dinde - VF Flageolets Fromage Beignet à la pomme Salade de lentilles Dessert lacté S Crêpe champignons
2	M Radis beurre Lasagnes à la bolognaise - VF Fromage à la coupe Fruit S Salade Asiatique Dessert lacté S+ Samoussas	M Assiette charcutière* Carbonnade de bœuf flamande - VF Navets fondants Fromage Dessert lacté S Salade Méditerranéenne* Dessert lacté S+ Feuilleté au fromage	M Champignons à la Grecque Fish and chips Pommes de terre sautées Fromage Compote S Salade Parmentière Dessert lacté S+ Clafoutis chèvre et courgette	M PIZZA jambon de dinde Boulettes d'agneau - VF Poêlée méridionale Fromage Fruit S Blé à la Niçoise Dessert lacté S+ Croissant jambon fromage*	M Salade de sardines Poisson du jour Fondue de poireaux Fromage Crème spéculos Salade Bulgare Dessert lacté S Wrap de légumes	M Feuilleté hot-dog* Steak de veau - VF Légumes printaniers Fromage Compote S Salade Tex/Mex Dessert lacté S+ Croque monsieur*	M Rosette* Tajine d'agneau aux légumes - VF Fromage Beignet à la pomme Salade de lentilles Dessert lacté S Crêpe champignons
3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
1	M Betteraves en meurottes Cervelas à l'Alsacienne* - VF Haricots coco au beurre Fromage à la coupe Fruit S Salade Camarguaise Yaourt sucré S+ Pizza royale*	M Salade coleslaw Boudin blanc* - VF Purée Fromage Dessert lacté S Salade Océane Riz au lait S+ Tarte poulet/poireaux	M Saucisson à l'ail* Merguez - VF Ratatouille Fromage Compote S Salade Bretonne* Crème dessert vanille S+ Crêpe à l'emmental	M Quiche aux poireaux Bouchée à la reine* Salade verte Fromage Fruit S Blé pêcheur Mousse chocolat au lait Quiche au thon	M Taboulé de chou fleur à la tomate Poulet au curry - VF Riz basmati Fromage Tartelette abricot Salade Comtoise Flan lacté chocolat Feuilleté épinard	M Croisillon dubarry Steak haché sauce poivre - VF Poêlée de légumes Fromage Compote S Salade Parisienne* Yaourt aux fruits S+ Clafoutis tomate et chèvre	M Salade Auvergnate* Palette de porc à la diable* - VF Pommes noisettes Fromage Paris-Brest Salade Auvergnate* Yaourt à la Grecque Galette complète*
2	M Calamars à la Romaine Veau marengo - VF Epinards au curry et coco Fromage à la coupe Fruit S Salade Camarguaise Dessert lacté S+ Pizza royale*	M Salade d'avocat aux crevettes Fricassé de poulet - VF Petits pois carottes Fromage Dessert lacté S Salade Océane Dessert lacté S+ Tarte poulet/poireaux	M Pastèque Paupiette de lapin Poêlée Gersoise Fromage Compote S Salade Bretonne* Dessert lacté S+ Crêpe à l'emmental	M Macédoine de légumes Fideuà Fromage Fruit S Blé pêcheur Dessert lacté Quiche au thon	M Salade composée Pavé de saumon Tagliatelles au pesto Tartelette abricot Salade Comtoise Dessert lacté Feuilleté épinard	M Concombre à la Grecque Tortelloni de bœuf - VF Fromage Compote S Salade Parisienne* Dessert lacté S+ Clafoutis tomate et chèvre	M Terrine de légumes Cuisse de lapin à la moutarde Salsifis Fromage Paris-Brest Salade Auvergnate* Dessert lacté Galette complète*
3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
1	M Côte de porc* - VF Gratin de courgettes au chèvre Fromage à la coupe Fruit S Salade Californienne Dessert lacté S+ Tortilla	M Chou fleur ravigote Lasagnes au saumon Semoule Fromage Dessert lacté S Salade César Dessert lacté S+ Tarte poivrons/chorizo/feta*	M Boudin noir aux pommes* - VF Purée Fromage Compote S Salade Atlantique Dessert lacté S+ Gratin de Gnocchis courgettes	M Boulettes de veau aux olives - VF Pommes de terre Grenailles Fromage Fruit S Blé à la Grecque Dessert lacté Cake moelleux à la carotte	M Gaspacho de tomate Pdt risollées Fromage Fruit Cake aux fruits Salade de radis à l'orientale Dessert lacté Gratin d'artichauts	M Œufs brouillés aux champignons Coq au vin - VF Carottes Fromage Compote S Macédoine de légumes Dessert lacté S+ Beignet de brocolis	M Mortadelle* Rôti de porc* - VF Haricots verts Fromage Flan pâtissier Salade de lentilles aux légumes Dessert lacté Quiche Lorraine*
2	M Salade Vosgienne Mijoté de pois chiches tomate thon et poivrons grillés Fromage à la coupe Fruit S Salade Californienne Dessert lacté S+ Tortilla	M Salade de museau de bœuf Chausson dinde bolo - VF Haricots beurrés Fromage Dessert lacté S Salade César Dessert lacté S+ Tarte poivrons/chorizo/feta*	M Pizza royale Moussaka de bœuf - VF Ragoût de porc aux légumes* - VF Fromage Compote Fruit S Blé à la Grecque Dessert lacté Cake moelleux à la carotte	M Pissaladière Mijoté d'aubergine à la tomate Fromage Fruit Cake aux fruits Salade de radis à l'orientale Dessert lacté Gratin d'artichauts	M Salade de maquereau Dos de colin Mijoté d'aubergine à la tomate Fromage Compote S Macédoine de légumes Dessert lacté S+ Beignet de brocolis	M Artichaut Gribiche Tortelloni ricotta-épinard Fromage Compote S Macédoine de légumes Dessert lacté S+ Beignet de brocolis	M Salade de champignons Brandade de morue Fromage Flan pâtissier Salade de lentilles aux légumes Dessert lacté 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 H.V & tomates cerises Poisson à la veracruz Riz long Thaï Fromage à la coupe Fruit S Salade Niçoise Dessert lacté S+ Millefeuille poireaux/bacon*	M Pastèque Emincé de porc aux herbes* - VF Blé à la savernaise Fromage Dessert lacté S Salade Vénitienne Dessert lacté S+ Nems	M Celeri rémoulade Parmentier de canard - VF Fromage Compote S Salade Strasbourgeoise* Dessert lacté S+ Galettes de légumes	M Quiche Lorraine* Cuisse de poulet grillée - VF Purée de courgettes Fromage Fruit S Taboulé à l'orientale Dessert lacté Tomate farcie*	M Carottes râpées aux raisins Paëlla* <i>sans porc pour régime</i> Fromage Moelleux aux pommes Salade Indienne Dessert lacté Far au poireau	M Gaspacho de concombre Chili con carne - VF Riz Fromage Compote S Quinoa à la Mexicaine Dessert lacté Gratin de pâtes au thon	M Betterave aux fruits Rôti de veau - VF Pdt risollées Fromage Mille-feuille Salade de lentilles à la Grecque Dessert lacté Pommes de terre farcie*
2	M Papeton d'aubergines Quenelles de volaille Fondue de poireaux Fromage à la coupe Fruit S Salade Niçoise Dessert lacté S+ Millefeuille poireaux/bacon*	M Terrine de saumon Lapin aux pruneaux Salsifis en persillade Fromage Dessert lacté S Salade Vénitienne Dessert lacté S+ Nems	M Accras de morue Paupiette de poisson Duo de brocolis Fromage Compote S Salade Strasbourgeoise* Dessert lacté S+ Galettes de légumes	M Radis beurre Lasagnes chèvre épinard Fromage Fruit S Taboulé à l'orientale Dessert lacté Tomate farcie*	M Crêpe aux champignons Saucisses - VF Ratatouille Fromage Moelleux aux pommes Salade Indienne Dessert lacté Far au poireau	M Feuilleté à l'emmental Langue de bœuf - VF Haricots verts Fromage Compote S Quinoa à la Mexicaine Dessert lacté Gratin de pâtes au thon	M Rillettes de porc* Tielle à la Sétoise Salade verte Fromage Mille-feuille Salade de lentilles à la Grecque Dessert lacté Pommes de terre farcie*
3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3	Menu n°3
1	M Alouette à la provençale Pommes dauphines Fromage à la coupe Fruit S Salade Asiatique Dessert lacté S+ Pizza royale*	M Taboulé à l'oriental Pilon de poulet tex-mex - VF Haricots beurre Fromage Dessert lacté S Salade Méditerranéenne* Dessert lacté S+ Tarte poulet/poireaux	M Salade de tomate au pistou Risotto à l'italienne Fromage Compote S Salade Parmentière Dessert lacté S+ Crêpe à l'emmental	M Petit salé* - VF Lentilles Fromage Fruit S Blé à la Niçoise Dessert lacté Quiche au thon	M Salade Texane Cheesburger Potatoes Fromage Brownies Salade Bulgare Dessert lacté Wrap de légumes	M Moussaka - VF Fromage Compote S Salade Tex/Mex Dessert lacté S+ Clafoutis tomate et chèvre	M Rôti de bœuf - VF Gratin dauphinois Fromage Gâteau Basque Salade de lentilles Dessert lacté Galette complète*
2	M Salade de museau de porc* Fricassé de poulet Petits pois carottes Fromage à la coupe Fruit S Salade Asiatique Dessert lacté S+ Pizza royale*	M Salade d'avocat aux crevettes Boulettes de bœuf - VF Semoule Fromage Dessert lacté S Salade Méditerranéenne* Dessert lacté S+ Tarte poulet/poireaux	M Mortadelle* Quenelles de brochet Poêlée aux légumes Fromage Compote S Salade Parmentière Dessert lacté S+ Crêpe à l'emmental	M Quiche provençale Bouchée à la reine Salade verte Fromage Fruit S Blé à la Niçoise Dessert lacté Quiche au thon	M Salade marco polo Hoki sauce armoricaine Fondue de poireaux Fromage Brownies Salade Bulgare Dessert lacté Wrap de légumes	M Radis beurre Chausson dinde bolognaise - VF Pommes noisettes Fromage Compote S Salade Tex/Mex Dessert lacté S+ Clafoutis tomate et chèvre	M Rillettes du Mans* Andouillette - VF Purée de légumes Fromage Gâteau Basque Salade de lentilles Dessert lacté Galette complète*
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 FRANÇAISE

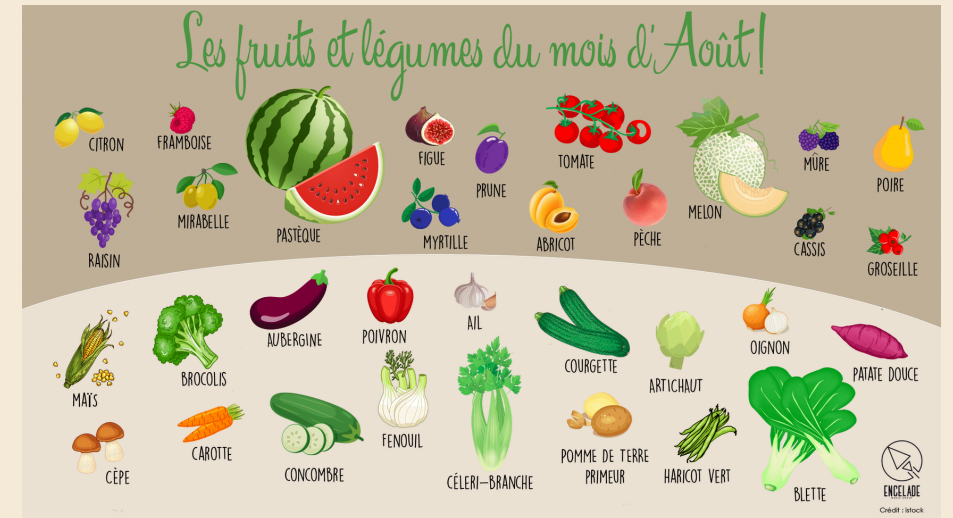
Exemplaire client à conserver

MENU CONSTANT DU MOIS & INFOS

3EME MENU

ENTRÉE : Feuilleté au fromage

PLAT : salade repas
Pâtes, émincé de poulet, œufs, salade, crudités



NOUVEAUTÉ : TOUS LES MARDIS, SURPRISE DU CHEF, LAISSEZ-VOUS TENTER !

SOLUTIONS JEUX

Juillet 2026

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I	R	E	S	T	A	U	R	A	N	T
II	E	T	O	U	R	D	I	U	E	
III	F	O	I	E	S	C	H	E	R	
IV	E	I	R	E	O	H	E	R		
V	C	L	E	S	M	E	L	B	A	
VI	T	E	E	F	E	U	S			
VII	O	S	A	R	D	I	N	E	S	
VIII	I	V	D	I	A	N	E	E		
IX	R	I	S	O	T	T	O	V		
X	E	N	A	S	E	X	U	E	L	

HORIZONTALEMENT
I. On est censé y manger mieux qu'en 1 vertical, mais ça n'est pas toujours vrai. II. Tête en air. Bientôt plus que 27. III. Gras sur les bonnes tables, en crise chez les gros mangeurs. Salé, en ce qui concerne l'addition. IV. Nation celtique. Pour appeler. V. Ouvrent les portes et les portées. Elle a une certaine pêche sur la carte. VI. Planté sur le parcours. Grugés. VII. Dans certaines gargotes, elles sont serrées autour de la table, à défaut d'être grillées. VIII. Quatorze romain. Déesse de la chasse. IX. Un classique de la cuisine italienne. X. Fournit des technocrates. Charnel.

VERTICALEMENT
1. Salle à manger. 2. Le sésame pour entrer dans un célèbre petit livre rouge. Cuit à l'apéro. 3. De bonnes occasions d'aller au restaurant. Possessif. 4. Abattues. Presque adulte. 5. Commune de l'île de Ré. Cuits comme des poulets. 6. Bout de noeud. Onze à Marseille. Rendez-vous avec l'histoire. 7. Il faut l'être assurément pour s'offrir une très bonne table. Acier chromé. 8. Belle au dessert. 9. Sans effets, mais pas forcément sur celui qui la regarde. Siffiée (la bouteille). Entendu à Marseille. 10. Un endroit à manger dehors.

RECETTE

Salade repas

Préparation pour 2 personnes

Préparation : 15 minutes / Cuisson : 20 minutes

Ingrédients

- 150 g de pâtes (penne ou fusilli)
- 1 blanc de poulet émincé
- 2 œufs
- 1/2 concombre
- Quelques feuilles de salade verte
- 1 petit oignon rouge
- Huile d'olive
- Vinaigre (ou citron)
- Sel, poivre



- 1/ Faites cuire les pâtes, puis refroidissez-les sous l'eau froide.
- 2/ Faites cuire le poulet émincé à la poêle avec un peu d'huile, sel et poivre.
- 3/ Faites cuire les œufs (mollets ou durs selon votre goût), puis coupez-les.
- 4/ Coupez le concombre en rondelles et l'oignon rouge en fines lamelles.
- 5/ Dans un saladier, mélangez les pâtes, le poulet, la salade, le concombre et l'oignon.
- 6/ Ajoutez les œufs par-dessus.
- 7/ Assaisonnez avec huile d'olive, vinaigre, sel et poivre.

JEUX

Mots mêlés

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

été	vélo	baignade
vacances	congé	août
plage	sable	crème solaire
soleil	juillet	limonade
sandales	valise	lunette
parasol	chapeau	chaleur
palmier	piscine	ballon

☎ 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
Août 2026



SEMAINE 32

	lundi 03 août	mardi 04 août	mercredi 05 août	jeudi 06 août	vendredi 07 août	samedi 08 août	dimanche 09 août
1	M Croissant jambon de dinde Colombo de poulet - VF Carottes et pommes de terre Fromage à la coupe Fruit	MENU DU CHEF Fromage Dessert lacté	Pastèque Lasagnes bolognaise - VF	Quiche aux légumes Œufs brouillés aux champignons Epinards à la ricotta	Champignons à la Grecque Côte de porc * - VF Courgettes à la provençale	Feuilleté au chèvre Lasagnes aux saumons	Cœurs de palmier en salade Rôti de veau - VF Champignons / Haricots verts
S	Salade Camarguaise Dessert lacté	Salade Océane Dessert lacté	Salade Bretonne * Dessert lacté	Blé pécheur Dessert lacté	Salade Comtoise * Dessert lacté	Salade Parisienne * Dessert lacté	Salade Auvergnate * Dessert lacté
S+	Samoussas	Croisillon champignon	Clafoutis chèvre et courgette	Croissant jambon fromage *	Wrap au saumon	Croque monsieur *	Crêpe champignons
2	M Terrine de légumes Taboulé de la mer	Salade de maquereau Chipolatas * - VF Ratatouille	Saucisson à l'ail * Feuilleté saumon oseille Salade composée	Salade de tomate mozzarella Steak haché sauce fromagère - VF Coquillettes au beurre	Salade d'avocat Pavé de saumon Tagliatelles aux pesto	Salade d'artichaut Sauté de porc au curry * - VF Carottes rôties	Champignons à la provençale Mijoté de pois chiches à la tomate thon et poivrons grillés
S	Salade Camarguaise Dessert lacté	Salade Océane Dessert lacté	Salade Bretonne * Dessert lacté	Blé pécheur Dessert lacté	Salade Comtoise * Dessert lacté	Salade Parisienne * Dessert lacté	Salade Auvergnate * Dessert lacté
S+	Samoussas	Croisillon champignon	Clafoutis chèvre et courgette	Croissant jambon fromage *	Wrap au saumon	Croque monsieur *	Crêpe champignons

SEMAINE 33

	lundi 10 août	mardi 11 août	mercredi 12 août	jeudi 13 août	vendredi 14 août	samedi 15 août	dimanche 16 août
1	M Panibuns à l'emmental Merguez - VF Poêlée de légumes façon tajine Fromage à la coupe Fruit	MENU DU CHEF Fromage Dessert lacté	Melon Boudin noir * - VF Purée de légumes	Croque monsieur * Merlu coco citronnelle Jardinière de légumes	Gaspacho de tomate Boulettes de bœuf chasseur Flageolets	Pomelos Brandade de morue	Concombre à la féta Rôti de dinde - VF Légumes printaniers
S	Salade Niçoise Dessert lacté	Salade Vénitienne Dessert lacté	Salade Strasbourgeoise * Dessert lacté	Taboulé à l'orientale Dessert lacté	Salade Indienne Dessert lacté	Quinoa à la Mexicaine Dessert lacté	Salade de lentilles à la Grecque Dessert lacté
S+	Cake poivron/chorizo	Quiche jambon roquefort *	Feuilleté de légumes	Beignets de brocolis	Courgette farcie *	Galette de légumes	Tarte à l'oignon
2	M Salade japonnaise Omelette vénitienne Pommes de terre Grenailles Fromage à la coupe Fruit	Tomate à l'Antiboise Rouille de seiche	Assiette charcutière * Steak végétarien Flan d'aubergines	Pâté en croute * Lapin aux pruneaux Salsifis en persillade	Quiche chèvre courgette Risotto aux champignons	Feuilleté aux légumes Langue de bœuf - VF Haricots verts	Pâté de tête persillé * Tielle à la sétoise Salade composée
S	Salade Niçoise Dessert lacté	Salade Vénitienne Dessert lacté	Salade Strasbourgeoise * Dessert lacté	Taboulé à l'orientale Dessert lacté	Salade Indienne Dessert lacté	Quinoa à la Mexicaine Dessert lacté	Salade de lentilles à la Grecque Dessert lacté
S+	Cake poivron/chorizo	Quiche jambon roquefort *	Feuilleté de légumes	Beignets de brocolis	Courgette farcie *	Galette de légumes	Tarte à l'oignon

SEMAINE 34

	lundi 17 août	mardi 18 août	mercredi 19 août	jeudi 20 août	vendredi 21 août	samedi 22 août	dimanche 23 août
1	M Haricots verts vinaigrette Couscous - VF Fromage à la coupe Fruit	MENU DU CHEF Fromage Dessert lacté	Pâté de campagne * Haut de cuisse de poulet grillé - VF Poêlée rustique	Salade de museau de bœuf Pavé de poisson napolitain Blettes à la barigoule	Pastèque Paëlla * - VF sans porc pour régime	Betterave Alberta Andouillette de porc * - VF Purée de pommes de terre au lait	Raïta de concombre Rôti de porc * - VF Haricots coco
S	Salade Californienne Dessert lacté	Salade César Dessert lacté	Salade Atlantique Dessert lacté	Blé à la Grecque Dessert lacté	Salade de radis à l'orientale Dessert lacté	Macédoine de légumes Dessert lacté	Salade de lentilles aux légumes Dessert lacté
S+	Crêpe aux fruits de mer	Cake tomate/mozza	Quiche brocolis et jambon	Wrap aux légumes	Risotto à la Milanaise	Flan de légumes	Croque monsieur *
2	M Calamars à Romaine Œufs à la florentine Fromage à la coupe Fruit	Champignons à la paysanne * Filet mignon de porc * - VF Petits pois carottes	Cruditité crumble Pané de blé fromage épinard Tagliatelles au pesto	Salade composée Macaronade de boeuf - VF	Délice aux deux poissons Côte de porc vigneronne * - VF Tomates à la provençale	Croisillon champignons Poisson pané Aubergine à la Romaine	Mousse de canard Truite Epinards à la béchamel
S	Salade Californienne Dessert lacté	Salade César Dessert lacté	Salade Atlantique Dessert lacté	Blé à la Grecque Dessert lacté	Salade de radis à l'orientale Dessert lacté	Macédoine de légumes Dessert lacté	Salade de lentilles aux légumes Dessert lacté
S+	Crêpe aux fruits de mer	Cake tomate/mozza	Quiche brocolis et jambon	Wrap aux légumes	Risotto à la Milanaise	Flan de légumes	Croque monsieur *

SEMAINE 35

	lundi 24 août	mardi 25 août	mercredi 26 août	jeudi 27 août	vendredi 28 août	samedi 29 août	dimanche 30 août
1	M Œufs dur mayonnaise Boulettes d'agneau au curry Courgettes sautées Fromage à la coupe Fruit	MENU DU CHEF Fromage Dessert lacté	Salami Danois * Daube Bourguignonne - VF Carottes fondantes	Quiche jambon roquefort * Escalope viennoise - VF Curry de légumes	Pomelos Spaghettis aux moules Poêlée Gersoise	Feuilleté au hot-dog * Boudin blanc * - VF Haricots verts	Rosette/beurre * Jambonneau à la moutarde * - VF Légumes rôtis
S	Salade de riz arc-en-ciel Dessert lacté	Salade de pâtes à la Grecque Dessert lacté	Salade Russe Dessert lacté	Salade de blé gourmande Dessert lacté	Salade Toscane Dessert lacté	Salade de légumes estivale Dessert lacté	Salade de lentilles à la Lyonnaise * Dessert lacté
S+	Millefeuille poireaux/bacon *	Nems	Galettes de légumes	Tomate farcie *	Far aux poireaux	Gratin de pâtes au thon	Pommes de terre farcie *
2	M Salade Ifriquia Tortellinis ricotta/épinard Fromage à la coupe Fruit	Radis beurre Filet de colin pané Riz	Salade d'artichaut Quenelles de brochet Haricots blancs à la Dijonnaise	Cœurs de palmier sauce cocktail Parmentier végétarien	Œufs en gelée * Cordon bleu végétal Céleri à la polonaise	Salade marmiton Poisson meunière Flageolets	Poivrons marinés Bourride de la mer Fromage
S	Salade de riz arc-en-ciel Dessert lacté	Salade de pâtes à la Grecque Dessert lacté	Salade Russe Dessert lacté	Salade de blé gourmande Dessert lacté	Salade Toscane Dessert lacté	Salade de légumes estivale Dessert lacté	Salade de lentilles à la Lyonnaise * Dessert lacté
S+	Millefeuille poireaux/bacon *	Nems	Galettes de légumes	Tomate farcie *	Far aux poireaux	Gratin de pâtes au thon	Pommes de terre farcie *

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

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

- MENU DU CHEF
- INDICATION GEOGRAPHIQUE PROTEGEE
- PÊCHE DURABLE (MSC)
- PRODUIT LOCAL
- MENU VEGETARIEN
- VIANDE FRANCAISE
- PLATS CONTENANT DU PORC
- PRODUIT ISSU DE L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE