

CODE MENU : 998

CODE CLIENT :



02.98.55.26.89

Feuilles à compléter et à
rendre au plus tard le
08/02/2019

MENU EQUILIBRE

ODELLIA vous souhaite un Bon Appétit !

NOM :

COMMUNE :

PRENOM :

MENU DU : Lundi 18 Février au Dimanche 24 Février

S 8

	Lundi 18 Février	Mardi 19 Février	Mercredi 20 Février	Jeudi 21 Février	Vendredi 22 Février	Samedi 23 Février	Dimanche 24 Février
Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1
POTAGE	Potage du cultivateur	Crème de laitue	Potage de légumes	Potage de légumes	Velouté d'hiver	Velouté d'hiver	Potage vermicelle
ENTREE	Salade marquise	Salade ardéchoise	Macédoine de légumes	Sardines au citron	Salade Roslow	Salade arlequin	Assiette de charcuterie
PLAT	Spaghettis bolognaise (plat complet)	Côte de porc au romarin	Lapin chasseur	Poulet Tandoori	Marmite du pêcheur crumble blé noir (P.C.)	Sauté de porc à la sauge	Langue de bœuf sauce piquante
GARNITURE		Côtes de blette béchamel	Pommes noisettes	Riz basmati aux petits légumes		Haricots verts persillés	Boulgour aux petits légumes
FROMAGE	Tomme noire	Yaourt nature	Emmental	Fromage	Petit moulé	Edam	Tartare
DESSERT	Banane	Pomme cuite au cidre	Yaourt aux fruits	Kiwi	Onctueux café	Compote	Paris brest
Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2
ENTREE	Salade marco polo	Terrine de campagne cornichon	Riz niçois	Salade kerné	Quinoa à la grecque	Feuilleté au fromage	Salade fraîcheur
PLAT	Sauté de dinde crème /champignons	Filet de poisson aux câpres	Carbonade flamande de porc	Rognons de bœuf au porto	Fricassée de volaille au miel épicé	Tortillas	Potée bretonne saucisse lard(P.C.)
GARNITURE	Poêlée champêtre	Poêlée de pomme de terre	Choux de Bruxelles	Macaroni	Gratin de navets	Poêlée du sud	
FROMAGE	Six de savoie	Camembert	Cantafrais	Fromage	Yaourt nature	St Moret	Bleu
DESSERT	Onctueux caramel	Gaufre liégeoise chocolat	Orange	Flan vanille nappé caramel	Pomme	Mousse chocolat	Mozaïque de fruits au sirop
LAITAGE	Riz au lait	Semoule au lait	Tapioca au lait	Bouillie d'avoine	Riz au lait	Tapioca au lait	Semoule au lait

Potage du cultivateur: P.T, carotte, poireau, oignon, navet, beurre.

Velouté d'hiver : pomme de terre, poireau, épinard, crème.

Salade marquise : tomate, maïs, soja.

Salade marco polo : pâtes, tomate, surimi (œuf pour sans sel), poivrons.

Salade ardéchoise : haricot rouge, maïs, haricot vert, oignon, persil.

Riz niçois : riz, tomate, poivrons, thon (œuf pour sans sel), olives (pas pour sans sel)

Salade kerné : salade verte, tomate, maïs, dés épaule (œuf pour sans sel).

Salade Roslow : carottes rapées, raisin, mayonnaise

Quinoa à la grecque : Quinoa, haricots verts, tomate, feta (œuf pour sans sel), basilic.

Salade arlequin : pomme de terre, maïs, poivrons, mayonnaise.

Salade fraîcheur: tomate, agrumes, salade, maïs

Poêlée champêtre : haricots verts, brocolis, champignons, poivrons, oignons.

Poêlée de pomme de terre : pomme de terre, julienne de légumes, oignons.

Poêlée du sud : Courgettes, poivrons, oignons.