

CODE MENU : 1082

CODE CLIENT :



02.98.55.26.89

Feuilles à compléter et à
rendre au plus tard le
08/03/2019

MENU EQUILIBRE

ODELLIA vous souhaite un Bon Appétit !

NOM :

COMMUNE :

PRENOM :

MENU DU : Lundi 18 Mars au Dimanche 24 Mars

S 12

	Lundi 18 Mars	Mardi 19 Mars	Mercredi 20 Mars	Jeudi 21 Mars	Vendredi 22 Mars	Samedi 23 Mars	Dimanche 24 Mars
Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1
POTAGE	Potage de légumes	Potage Saint Germain	Potage de légumes passés	Potage de légumes passés	Velouté d'hiver	Velouté d'hiver	Velouté poireaux pommes de terre
ENTREE	Salade camarguaise	Macédoine de légumes mayonnaise	Œuf dur sauce aurore	Salade comtesse	Salade égyptienne	Carottes râpées	Mousse de foie cornichon
PLAT	Sauté de dinde à l'origan	Hachis parmentier (Plat complet)	Côte de porc teriyaki	Poulet cajun	Filet de poisson sauce venitienne	Sauté de bœuf à la bordelaise	Sauté de porc à la diable
GARNITURE	Poêlée champêtre		Riz cantonnais	Quinoa gourmand	Haricots verts	Pommes de terre persillées	Poêlée italienne
FROMAGE	Camembert	Gouda	St Paulin	Fromage	Cantal	Kiri	Fromage blanc
DESSERT	Yaourt aux fruits	Pannacotta caramel au beurre salé	Compote	Kiwi	Onctueux praliné	Banane	Eclair au chocolat
Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2
ENTREE	Assiette de charcuterie	Salade libanaise	Salade forestière	Salade argoat	Concombres persillés	Quiche lorraine	Salade fraîcheur
PLAT	Filet de poisson sauce citron	Sauté de porc au gingembre	Emincés de dinde à la crème	Gratin d'œufs choux fleurs (P.C.)	Choucroute garnie (Plat Complet)	Fricassée de volaille aux champignons	Paleron braisé sauce charcutière
GARNITURE	Boulgour	Navets persillés	Tortis			Printanière de légumes	Pommes noisettes
FROMAGE	Cantadou	Fromage blanc	Vache qui rit	Fromage	Yaourt nature	Mimolette	St Moret
DESSERT	Mousse chocolat	Madeleine	Orange	Flan vanille nappé caramel	Pomme	Entremet vanille	Ananas au sirop
LAITAGE	Bouillie d'avoine	Riz au lait	Semoule au lait	Tapioca au lait	Riz au lait	Semoule au lait	Tapioca à la vanille

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

Potage Saint Germain : Potage de pois cassés

Salade fraîcheur: tomate, agrumes, salade, maïs

Salade égyptienne : semoule, tomate, maïs, menthe.

Salade argoat : pomme de terre, thon (œuf pour sans sel), oignons, persil.

Salade contesse : salade verte, tomate, maïs, emmental(œuf pour sans sel).

Salade forestière : salade, champignons, lardon (œuf pour sans sel).

Salade libanaise : pois chiches, tomate, poivron, oignon, cumin, ail, citron.

Salade camarguaise : riz, tomate, poivron, œuf dur, cornichon, olive noire(pas de cornichon/olive pour sans sel)

Poêlée italienne : penne regate, tomate, aubergine, oignons.

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