

CODE MENU : 1103

CODE CLIENT :



02.98.55.26.89

Feuilles à compléter et à
rendre au plus tard le
15/03/2019

MENU EQUILIBRE

ODELLIA vous souhaite un Bon Appétit !

NOM :

COMMUNE :

PRENOM :

MENU DU : Lundi 25 Mars au Dimanche 31 Mars

S 13

	Lundi 25 Mars	Mardi 26 Mars	Mercredi 27 Mars	Jeudi 28 Mars	Vendredi 29 Mars	Samedi 30 Mars	Dimanche 31 Mars
Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1	Menu : 1
POTAGE	Velouté poireaux pommes de terre	Potage du sud	Potage vermicelle	Potage vermicelle	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage passé
ENTREE	Salade de carottes à la marocaine	Salade de lentilles au chorizo	Salade nantaise	Céleris rémoulade	Saucisson à l'ail	Salade mungo	Riz niçois
PLAT	Sauté de dinde au paprika	Sauté de porc aux kiwis	Tortillas	Cuisse de poulet à l'aneth	Blanquette de veau à l'ancienne	Andouillette à la moutarde ancienne	Filet de poisson au pesto
GARNITURE	Riz blanc	Brocolis persillés	Côtes de blettes à la tomate	Pommes de terre à la crétoise	Légumes du pot	Macaroni	Poêlée du sud
FROMAGE	Tomme noire	Chanteneige	Edam	Fromage	Yaourt nature	Vache qui rit	Cantafrais
DESSERT	Pomme	Salade de fruits maison	Flan vanille nappé caramel	Banane	Quatre quart breton	Crème de lin	Onctueux café

	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2	Menu : 2
ENTREE	Salade de pommes de terre à l'ancienne	Betterave persillée	1/2 Pamplémousse	Salade ébly	Salade indienne	Rillettes de porc cornichon	Salade de tomate échalotes
PLAT	Lapin chasseur	Spaghettis bolognaise (plat complet)	Fricassée de volaille aux h. de provence	Fricassée de porc à la sauge	Cotriade des îles (plat complet)	Tajine de bœuf aux fruits secs	Rôti de porc au cidre
GARNITURE	Haricots beurre		Polenta aux olives noires	Petit pois à la française		Semoule aux petits légumes	Pommes de terre rissolées
FROMAGE	Petit moulé	Emmental	Yaourt nature	Fromage	St Paulin	Camembert	Fromage blanc
DESSERT	Onctueux chocolat	Yaourt aux fruits	Kiwi	Compote	Orange	Pomme	Tarte normande
LAITAGE	Semoule au lait	Bouillie aux 5 céréales	Riz au lait	Tapioca au lait	Semoule au lait	Riz au lait	Tapioca au lait

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

Salade mungo : Salade verte, tomate, pousse de soja, coriandre.

Salade indienne : tomate, maïs, épaule (œuf pour sans sel), ananas (pamplemousse ou orange pour sans sucre).

Salade ébly : éblé, tomate, poivron, œuf, persil.

Salade nantaise : pomme de terre, tomate, haricot vert, concombre.

Salade de P. de terre à l'ancienne : P. de terre, lard (œuf pour sans sel), oignon céleri en aromate (pas pour sans sel).

Salade de carottes à la marocaine : carottes cuites, raisins secs (pas pour sans sucre), coriandre, épices.

Poêlée du sud : Courgettes, poivrons, oignons.

Pommes de terre à la crétoise: pommes de terre, huile d'olive et thym.

Bouillie aux 5 céréales (blé, orge, avoine, seigle, riz).