Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 40 du 2 au 8 octobre 2023 — **MENUS SANS SEL** — **A remettre avant le 15/09/2023**

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Crudités du jour M Sauté de volaille LVF Boulgour aux poivrons M Fromage Cantafrais Compote pomme poire	Potage M Betteraves à l'échalotte Brandade de poissons (PC) Fromage Edam Fruit de saison	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MARDI	Potage M Salade composée du jour M Escalope de porc au poivre LVF M Poêlée de légumes méridionale M Fromage Babybel Crème dessert vanille BIO	Potage M Quiche tomate et chèvre Filet de lieu noir M Pâtes papillons M Fromage Rondelé nature Compote de pomme	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MERCREDI	Potage M Salade composée du jour M Rôti de bœuf LVF M Pommes de terre persillées M Fromage tartare nature Fruit de saison	Potage M Maïs et soja en salade Calamars à la romaine Choux fleur en gratin BIO M Fromage Tomme blanche Yaourt aux fruits BIO	REPAS LIVRÉ LE MARDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
JEUDI	Potage M Museau de bœuf à la lyonnaise M Rôti de porc LVF M Poêlée de légumes ardéchoise M Fromage Cantal Crème dessert café	Potage M Salade Asiatique M Filet de poisson à la provençale M Petits pois aux oignons BIO M Fromage Saint Bricet Mousse au citron	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
VENDREDI	Potage M Céleri rémoulade Paupiette de lapin persillée M Macaronis au beurre M Fromage Emmental Fruit de saison	Potage M Terrine fraîcheur Bouchée aux fruits de mer M Carottes à la manitaubaine BIO M Fromage Bleu douceur Liégeois vanille caramel	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
SAMEDI	Potage M Salade impériale M Cassoulet au porc (PC) LVF M Fromage Boursin aïl fines herbes Yaourt à la vanille BIO	Potage M Moules à la grecque Filet de poisson à l'emmental M Riz au curry M Fromage Saint Paulin Compote pomme abricot	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
DIMANCHE	Potage M Œuf dur mayonnaise Poulet au lait de coco LVF M Flageolets M Fromage Eclair au chocolat	Potage M Taboulé aux petits légumes Dos de colin aux câpres M Brocolis au jus BIO M Fruit de saison Eclair au chocolat	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	**TOTAL MENU B ☐**	

M : Fabriqué Maison — LVF: Labellisé Viande Française — (PC) : plat complet

Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 41 du 9 au 15 octobre 2023 — **MENUS SANS SEL** — **A remettre avant le 15/09/2023**

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Betteraves en salade M Lasagnes provençales lentilles (PC) Fromage Gouda Madeleine aux œufs	Potage M Salade mexicaine Filet de colin rôti M Purée de pomme de terre M Fromage Rondelé ail et fines herbes Yaourt saveur	LIVRAISON DES REPAS DU LUNDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MARDI	Potage M Salade composée du jour Boudin noir aux pommes LVF M Pomme de terre rissolées M Fromage Saint Paulin Compote pomme fraise	Potage M Salade Grecque Saumonette M Galette de légumes Fromage Saint Bricet Chocolat liégeois	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MERCREDI	Potage M Tarte aux légumes Poulet basquaise LVF M Petits pois carottes BIO M Fromage Samos Kiwi	Potage M Salade Bombay Poisson pané Carottes au curry BIO M Fromage Cantal Yaourt sucré	REPAS LIVRÉ LE MARDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
JEUDI	Potage M Asperges Chausson bolognaise Pâtes Pene Regate au beurre M Fromage Tomme noire Yaourt aromatisé BIO	Potage M Tartare mini ratatouille Poisson tomate mozzarella M Poêlée de légumes M Fromage Société crème Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
VENDREDI	Potage M Crudités du jour Civet de porc LVF M Haricots verts persillés BIO M Fromage Cantal Yaourt aux fruits	Potage M Salade sombréro Poisson du jour Riz au curry M Fromage Rondelé aïl et fines herbes Fromage blanc nature BIO	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
SAMEDI	Potage M Radis beurre Croissant au fromage M Piperades de légumes M Fromage Edam Banane	Potage M Salade Medina Colin lieu grenobloise M Pâtes Torti aux épinards M Fromage le Carré Président Yaourt sucré BIO	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
DIMANCHE	Potage M Terrine de saumon Cannellonis (PC) Fromage Beignet aux pommes	Potage M Salade aux poireaux Paupiette de saumon M Cœur d'artichaud persillé M Laitage Beignet aux pommes	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	**TOTAL MENU B ☐**	

M : Fabriqué Maison — LVF: Labellisé Viande Française — (PC) : plat complet

Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 42 du 16 au 22 octobre 2023 — **MENUS SANS SEL** — **A remettre avant le 15/09/2023**

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Entrée du jour M Poulet sauté chasseur M Flan de courgettes BIO M Rondelé Compote de pomme	Potage M Betteraves à l'échalotte M Filet de colin sauce crème M Ratatouille BIO M Fromage Gouda Bulgy nature	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MARDI	Potage M Salade composée du jour M Blanquette de veau LVF M Haricot beurre M Fromage Croq lait Novly chocolat	Potage M Carottes râpées BIO Pavé de dorade aux épices M Pomme de terre vapeur Fromage Tomme blanche Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MERCREDI	Potage M Crudités du jour M Œuf à la béchamel Lentilles M Fromage Emmental Crème dessert vanille BIO	Potage M Salade mexicaine Poisson à la bordelaise Gratin de céleris M Camembert Compote pomme coing	REPAS LIVRÉ LE MARDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
JEUDI	Potage M Céleri citronné Raviolis au bœuf (PC) Fromage Fraidou Fruit de saison	Potage M Salade d'endives et fromage Filet de merlu citronné M Epinards BIO M Fromage Leerdammer Yaourt brassé BIO	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
VENDREDI	Potage M Salade piémontaise Paupiette de volaille M Poêlée forestière M Vache qui rit Crème dessert praliné	Potage M Tomates en salade M Tagliatelles au poisson (PC) M Fromage Saint Paulin Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
SAMEDI	Potage M Asperges Salmis de pintade rôti M Poêlée brocolis et champignons M Tartare aïl et fines herbes Fruit de saison	Potage M Brocolis mimosa BIO M Poisson aux amandes Gratin dauphinois M Fromage Bleu douceur Mousse au chocolat au lait	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
DIMANCHE	Potage M 1/2 poireaux vinaigrette Hachis parmentier canard (PC) M Fromage Tarte au flan	Potage M Taboulé aux raisins Steak de thon basquaise M Jardinière de légumes M Laitage Tarte au flan	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	**TOTAL MENU B ☐**	

M : Fabriqué Maison — LVF: Labellisé Viande Française — (PC) : plat complet

Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 43 du 23 au 29 octobre 2023 | **MENUS SANS SEL** | **A remettre avant le 15/09/2023**

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Assiette du chef M Civet de porc au curry LVF M Pâtes coudes rayés M Fromage Carré Président Fruit de saison	Potage M Macédoine de légumes mayo M Gratin de poisson M Piperade de légumes M BIO Fromage Brebicrème Flan nappé caramel	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
MARDI	MENU A ☐ Potage M Champignons à la grecque Cannellonis (PC) M Fromage Kiri Novly vanille	MENU B ☐ Potage M Salade de fond d'artichaut M Tomato fish M Poêlée Campagnarde M Fromage Saint Nectaire Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
MERCREDI	MENU A ☐ Potage M Salade de lentilles corail Sauté de veau marengo LVF M Julienne de légumes M Fromage Saint nectaire Crème dessert chocolat	MENU B ☐ Potage M Pizza M Filet poisson crème oignons M Pommes campagnardes Fromage Samos Banane	REPAS LIVRÉ LE MARDI
JEUDI	MENU A ☐ Potage M Salade composée du jour Boudin noir Ratatouille BIO M Fromage Gouda BIO Compote	MENU B ☐ Potage M Céleri Poisson du jour Poêlée de légumes M Fromage Carré Président Yaourt sucré	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
VENDREDI	MENU A ☐ Potage M Salade d'endives M Cassoulet saucisse (PC) M Fromage Carré Président Yaourt sucré BIO	MENU B ☐ Potage M Salade de pâtes au Gaspacho Poisson du jour Carottes persillées M Fromage Cantal Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
SAMEDI	MENU A ☐ Potage M Salade piémontaise Omelette au Fromage M Brocolis aux oignons M Fromage Emmental Fruit de saison	MENU B ☐ Potage M Betteraves à l'échalotte M Dos de colin M Coquillettes au beurre M Fromage Carré Président Yaourt à la banane BIO	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	MENU A ☐ Potage M Carottes râpées BIO Paëlla valencienne (PC) Fromage Donuts chocolat	MENU B ☐ Potage M 1/2 pamplemousse Filet de poisson meunière M Boulgour aux poivrons M Laitage Donuts chocolat	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

M : Fabriqué Maison | LVF: Labellisé Viande Française | (PC) : plat complet

Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 44 du 30/10 au 05/11/2023 — **MENUS SANS SEL** — **A remettre avant le 15/09/2023**

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Salade composée du jour M Poitrine de porc farcie LVF M Riz au curry M Fromage Samos Fruit de saison	Potage M Taboulé aux agrumes Pizza aux fromages M Poêlée de légumes grillés M Moulé ail et fines herbes Crème dessert chocolat	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MARDI	Potage M Salade du pêcheur Sauté de dinde LVF M Pomme de terre vapeur M Fromage Saint Nectaire Mousse au café	Potage M Tartare Tzatziki Pané de hoki Pâtes M Fromage Chanteneige Kiwi	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MERCREDI	Potage M Betteraves au maïs M Filet de poulet citronné M Poêlée campagnarde M Fromage Rondelé nature Compote de pomme	Potage M Salade coleslaw Cœur de Merlu blanc M Pomme paillasson Fromage Cantal Riz au lait nature	REPAS LIVRÉ LE MARDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
JEUDI	Potage M Assiette du chef M Rôti de veau M Boulgour M Fromage Tomme blanche Fruit de saison	Potage M Salade de tomates au basilic M Dos de colin M Flan de courgettes BIO M Fromage Six de savoie Yaourt nature	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
VENDREDI	Potage M Salade de blé aux légumes Galette sarrazin Poêlée de légumes Fromage Gouda Crème dessert caramel	Potage M Lentilles en salade M Tomato Fish Haricots beurre persillés BIO M Moulé ail et fines herbes Banane	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
SAMEDI	Potage M Asperges Alouette de bœuf à la tomate M Poêlée de légumes verts M Moulé ail et fines herbes Mousse au chocolat au lait	Potage M Salade duo de légumes Filet de merlu M Pomme de terre rosty Fromage Leardammer Compote pomme framboise	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
DIMANCHE	Potage M Tartare de courgettes Tripes M Haricots blancs M Fromage Gâteau basque	Potage M Sardine à l'huile Poisson citronné Riz pilaffM Laitage Gâteau basque	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	**TOTAL MENU B ☐**	

M : Fabriqué Maison — LVF: Labellisé Viande Française — (PC) : plat complet