



# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine 02 au 08 Janvier 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Sardines à l'huile Carottes râpées	Poireaux vinaigrette Radis beurre	Macédoine de légumes Salade verte et croûtons	Pizza au fromage Salade composée	Choux rouges Salade de blé	Betteraves vinaigrette Oeuf mayonnaise	Charcuterie et condiments Feuilleté au fromage
	Potage du jour						
	Dos de colin aux agrumes  Mélange de céréales Purée de potiron	Tajine de boulettes d'agneau  Semoule au beurre Poêlée de légumes	Cuisse de poulet rôti  Riz créole Haricots verts à l'ail	Galopin de veau aux champignons  Petits pois aux oignons Jeunes carottes	Lasagnes végétariennes	Andouillette à la moutarde  Pommes röstis	Boeuf bourguignon  Pâtes au beurre Carottes sautées
	Plateau de fromages et laitages						
	Orange à la cannelle Crème caramel	Salade de fruits Pâtisserie du chef	Tarte au chocolat Paris Brest	Fruit de saison Ile flottante	Liégeois vanille Gâteau noix de coco	Compote de fruits Entremet lacté	<i>Épiphanie</i>



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine du 09 au 15 Janvier 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Lentilles vinaigrette Céleri rémoulade	Rosettes et condiments Jambon de dinde et cornichons	Salade de riz et maïs Salade d'endives	Wrap au fromage frais et crudités Taboulé	Quiche au fromage Accras de morue	Pamplemousse au sucre Maquereaux au vin blanc	Pâté en croûte et condiments Céleri vinaigrette
	Potage du jour						
	Filet de lieu sauce citronnée  Pommes sautées à l'ail Gratin de poireaux	Paupiette de veau au jus  Polenta crémeuse Gratin de choux fleurs	<b>Galette végétarienne</b>  <b>Pommes boulangères</b> <b>Haricots beurre persillés</b>	Longe de porc sauce moutarde  Pâtes au beurre Poêlée de légumes	Boeuf strogonoff  Purée de patates douces Haricots verts à l'ail	Chou farci  Riz pilaf	Poulet rôti  Gratin dauphinois Brocolis fleurette
	Plateau de fromages et laitages						
Compote de fruits Salade de fruits	Fruit de saison Mousse au chocolat	Poire au sirop Crème caramel	Pâtisserie Kiwi	Semoule au lait Orange	Entremet lacté Salade de fruits	Pâtisserie du chef Flan pistache	



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine 16 au 22 Janvier 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Carottes râpées Salade Strasbourgeoise	Salade mexicaine Salade Piémontaise	Betteraves vinaigrette Salade d'endives	Salade verte aux dés d'emmental Céleri rémoulade	Tarte aux poireaux Feuilleté aux légumes	Coeur de palmier Oeuf mayonnaise	Rillettes du Mans Salade de radis noirs
	Potage de légumes						
	Filet de hoki au beurre blanc	Escalope de dinde viennoise	Petit salé aux lentilles	Poisson meunière et citron	<b>Tortillas aux légumes</b>	Boudin noir et compotée de pommes	Sauté de veau à la flamande
	Riz blanc Fondue d' épinards	Haricots coco Purée de panais		Pommes rissolées Chou braisé	Riz pilaf Jeunes carottes persillées	Purée de pommes de terre	Semoule au beurre Gratin de choux fleurs
	Plateau de fromages et laitages						
Eclair au chocolat Fromage blanc au coulis	Banane Crème vanille caramel	Salade de fruits Beignet choco noisette	Flan caramel Poire pochée	Fruit de saison Liégeois	Crème dessert Kaki	Salade de fruits Tarte Bourdaloise	



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine du 23 au 29 Janvier 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Rillettes de thon Saucisson à l'ail	Coleslaw Champignons vinaigrette	Nems aux légumes Salade chinoise	Salade verte et croûtons Tarte aux légumes	Mousse de sardines Pâté de campagne et cornichons	Betteraves vinaigrette Salade de riz	Mousse de foie et condiments Macédoine de légumes
	Potage de légumes						
	Boulettes d'agneau sauce au curry  Semoule au beurre Brocolis fleurette	Raviolis aux trois fromages	Sauté de porc au caramel  Riz blanc Poêlée asiatique	Porc à la moutarde  Riz pilaf Carottes sautées	Hachis parmentier	Paupiette de veau au jus  Pâtes au beurre Duo de haricots	Rôti de boeuf au jus  Flageolet Panais rôtis
	Plateau de fromages et laitages						
	Clémentines Brownie	Crème pistache Tarte au citron meringuée	Gâteau aux litchis Fruit de saison	Banane rôtie Entremet lacté	Fruit de saison Gâteau yaourt	Salade de fruits Muffin	Eclair à la vanille Compote de fruits



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine du 30 Janvier au 05 Février 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Salade de pâtes au surimi Samoussas	Salade composée Salade de choux rouges	Oeuf mayonnaise Charcuterie et condiments	Feuilleté aux légumes Salade de mâche aux pommes	Carottes râpées Salade d'endives aux noix	Quiche épinards et chèvre Jambon de dinde	Charcuterie et condiments Toast de brandade
	Potage de légumes						
	Dos de merlu sauce Nantua	<b>Nuggets végétariens sauce tartare</b>	Boulettes de boeuf sauce Napolitaine	Jambon braisé à la diable	Rouille de seiche	Cuisse de poulet au jus	Pot au feu (Pommes vapeur et légumes de pot au feu)
	Boulgour Purée de butternuts	<b>Ecrasé de pommes de terre Carottes sautées</b>	Pâtes au beurre Haricots verts à l'ail	Coeur de blé Gratin de courge	Riz blanc	Polenta crémeuse Gratin de blettes	
	Plateau de fromages et laitages						
Compote de poires Crème pralinée	Pomme au four Liégeois chocolat	Fromage blanc à la crème de marrons Kiwi	Salade de fruits Pâtisserie du chef	<i>Chandeleur</i>	Entremet lacté Pruneaux au thé	Baba au rhum Compote de fruits	



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine 06 au 12 Février 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Salade de boulgour Salade de pommes de terre	Médailon de surimi Jambon cru et cornichons	Salade de chou, raisins et pommes Betteraves vinaigrette	Houmous et toast Samossas de légumes	Salade de mâche Salade de blé	Salade de haricots verts Oeuf mayonnaise	Sardines à l'huile Taboulé de boulgour
	Potage de légumes						
	Blanquette de volaille  Semoule au beurre Poêlée de légumes d'Antan	Filet de poisson à la Bordelaise  Blé au beurre Brocolis fleurette	Cuisse de poulet grillée au jus  Purée de pois cassés Poêlée de légumes verts	Pâtes à la carbonara  Carottes sautées	Blanquette de veau  Riz blanc Poêlée forestière	Langue de boeuf sauce piquante  Pommes campagnardes Choux fleurs rôtis	Saucisse de Toulouse au jus  Lentilles au jus Navets glacés
	Plateau de fromages et laitages						
	Ananas Flan pâtissier	Fruit de saison Gâteau de semoule	Banane rôtie Liégeois	Mousse aux fruits rouges Fruit de saison	Salade d'agrumes Pâtisserie du chef	Entremet lacté Compote de poires	Orange Moelleux aux pommes et noix



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines

# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine 13 au 19 Février 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Carottes râpées Choux fleurs sauce cocktail	Endives vinaigrette Carottes râpées	Cake aux olives Crêpe au fromage	Salade de betteraves Macédoine de légumes	Céleri rémoulade Salade verte aux dés d'emmental	Croque Monsieur Salade de haricots verts et oignons rouges	Charcuterie et condiments Salade composée
	Potage de légumes						
	Tortillas de pommes de terre  Fenouils rôtis	<b>Boulettes de soja sauce tomate</b>  <b>Penne au beurre Légumes variés</b>	Poulet chasseur  Semoule au beurre Gratin de brocolis	Dos de merlu rôti  Pommes campagnardes Purée de potirons	Chili con carne  Riz blanc	Sauté de porc aux olives  Pâtes au beurre Butternuts rôtis	Parmentier de canard
	Plateau de fromages et laitages						
Entremet lacté Crumble aux poires	Gaufre au chocolat Fruit de saison	Mousse coco Gâteau Basque	Crème dessert	Poire au caramel Liégeois vanille	Salade de fruits Flan pistache	Pâtisserie du chef Compote de pommes	



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine du 20 au 26 Février 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Salade Caesar Salade composée	Salade d'avocats et pamplemousse Stick de mozzarella	Salade verte et croûtons Hareng au vin blanc	Feuilleté au fromage Endives vinaigrette	Lentilles vinaigrette Carottes râpées vinaigrette	Salade de radis noir Poireaux mimosa	Coleslaw Charcuterie et condiments
	Potage de légumes						
	Tartiflette maison	<b>Galette végétarienne</b> <b>Coeur de blé</b> <b>Purée de carottes au cumin</b>	Choucroute garnie	Haché de veau sauce forestière  Riz pilaf Poêlée de légumes	Escalope de volaille au jus  Pâtes au beurre Endives braisées	Filet de hoki au beurre blanc  Semoule au beurre Epinards à la crème	Navarin d'agneau aux légumes d'hiver  Pommes vapeur
	Plateau de fromages et laitages						
	Crumble aux pommes Fruit de saison	Fruit de saison Entremet lacté	Flan caramel Compote pomme / banane	Salade de fruits Beignet au sucre	Pomme au four Mousse aux marrons	Faisselle au sucre Fruit de saison	Chou à la crème Fruits cuits aux épices



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



# PORTAGE COURNONTERRAL

## Semaine du 27 Février au 05 Mars 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Salade composée Lentilles à l'échalote	Rosettes et cornichons Salade de choux blancs	Betteraves vinaigrette Rillettes de thon	Carottes râpées à l'orange Oeuf mayonnaise	Salade de pâtes Médailillon de surimi et mayonnaise	Champignons à la Grecque Salade de pois chiches	Charcuterie et condiments Crêpe au fromage
	Potage de légumes						
	Filet de poisson sauce marinière  Pommes campagnarde Poêlée de légumes	Colombo de poulet  Semoule au beurre Brocolis fleurette	Macaronis sauce fromagère	Cassoulet garni	Cordon bleu  Boulgour sauce tomate Choux fleurs rôtis	Brandade de morue	Blanquette de veau  Riz blanc Jeunes carottes sautées
	Plateau de fromages et laitages						
	Pâtisserie du chef Fruit de saison	Moelleux au chocolat Fruit cuit	Fruit de saison Flan vanille	Compote de poires Entremet lacté	Ananas Tropézienne	Salade de litchis Crème caramel	Pâtisserie du chef Pruneaux au thé



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



### LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines