




PORTAGE COURNONTERRAL

Semaine 06 au 12 Mars 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Salade Caesar Salade composée	Carottes râpées Samoussas	Salade mexicaine Macédoine de légumes	Friand au fromage Endives au bleu	Oeuf mayonnaise Salade de choux blancs	Charcuterie et condiments Salade de pois chiche	Taboulé à la menthe Rillettes de poisson
	Potage du jour						
	Tartiflette maison 	Sauté de boeuf à la provençale Pâtes au beurre Haricots verts à l'ail	Rougail saucisse Riz blanc Poêlée de légumes	Escalope de volaille au jus Polenta crémeuse Carottes Vichy	Hachis parmentier végétarien maison 	Beignet de poisson et citron Pâtes au beurre Fondue épinard	Foie de veau en persillade Flageolets Julienne de légumes
	Plateau de fromages et laitages						
	Crumble aux pommes Poire au caramel	Crème vanille Banane rôtie	Fromage blanc au coulis de fruits Compote de pommes	Salade de fruits Crème aux oeufs	 Gâteau au chocolat Liégeois	Fruit de saison Faisselle et sucre	Éclair Oreillons d'abricots



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 13 au 19 Mars 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Pamplemousse au sucre Crêpe au fromage	Salade de perles Betteraves vinaigrette	Céleri rémoulade Salade libanaise	Salade de riz au maïs Poireaux vinaigrette	Quiche au fromage Salade d'endives aux pommes	Macédoine mayonnaise Acras de morue	Pâté de campagne Champignons à la grecque
	Potage du jour						
	Dos de colin au curry Blé pilaf Gratin de choux fleurs	Gratin de poisson Bouलगour Jardinière de légumes	Boulettes de soja sauce tomate Pâtes au beurre Brocolis fleurette	Steak haché sauce fromagère Purée de patates douces Haricots beurre persillés	Tajine de boulettes d'agneau aux abricots secs Semoule au beurre Légumes à tajine	Chipolatas grillée Haricot blanc façon mogette Carottes braisées	Axoa de boeuf Riz blanc Piperade
	Plateau de fromages et laitages						
Crème pistache Fruit de saison	Tarte Normande Crème vanille	Compote de fruits Mousse au chocolat	Poire pochée Tarte au citron	Beignet au sucre Fromage blanc au coulis de fruits	Mousse au chocolat Salade d'agrumes	Tropézienne Fruit cuit	



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 20 au 26 Mars 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J U N E R	Choux fleurs sauce cocktail Pizza au fromage	Salade coleslaw Salade de pois chiches	Salade verte et croûtons Nems	Salade piémontaise Concombre sauce fromage blanc	Rillettes de sardines et toast Salade de coeurs de palmiers	Betterave mimosa Feuilleté de légumes	Quiche au fromage Toast tapenade
	Potage du jour						
	Cordon bleu Pommes campagnardes Fondue d' épinards	Poulet basquaise Riz blanc Poêlée forestière	Jambon braisé Lentilles cuisinées Jeunes carottes	Sauté de boeuf aux champignons Coeur de blé Fondue de poireaux	Lasagnes végétariennes maison 	Poisson meunière & citron PdT vapeur persillées Julienne de légumes	Merguez grillée Pâtes au beurre Ratatouille confite
	Plateau de fromages et laitages						
Liégeois Fruit de saison	Crêpe au sucre Crème dessert pralinée	Cocktail de fruits Flan caramel	Ile flottante Fruit de saison	Muffin aux pépites de chocolat Salade d'agrumes	Petits suisse aux fruits Flan au chocolat	Clafoutis aux abricots Fruit de saison	



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 Mars au 02 Avril



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Salade de haricots verts et échalote Jambon blanc et cornichons	Salade de brocolis Radis beurre	Céleri rémoulade Salade Italienne	Salade verte aux croûtons Rosette et cornichons	Toast de chèvre et miel Salade Piémontaise	Tarte à l'oignon Salade lentilles	Carottes râpées Rillettes de thon
	Potage du jour						
	Filet de hoki sauce Armoricaine Semoule au beurre Courgettes sautées	Dahl de lentilles au curry Riz blanc Poêlée de carottes et champignons	Brandade de poisson Haricots verts à l'ail	Nuggets de poulet Pommes rôtis Salsifis aux épices	Boulettes de boeuf sauce tomate Pâtes au beurre Gratin de blettes	Rôti de porc au jus Tian de légumes	Gardianne de Taureau Riz créole Pois gourmand
	Plateau de fromages et laitages						
	Tropézienne Crème chocolat	Tarte au citron meringuée Banane	Liégeois vanille Fruit de saison	Compote pomme, fraise Muffin	Tarte aux pommes et miel Flan pistache	Compote Mousse au chocolat	Fruit de saison Pâtisserie du chef



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 03 au 09 Avril 2023



D
E
J
E
U
N
E
R

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	Betteraves vinaigrette Salade de riz au maïs	Oeuf mayonnaise Salade de crudités	Rillettes de thon et toasts Concombres vinaigrette	Salade Caesar Poireaux vinaigrette	Salade mexicaine Coeur d'artichauts	Taboulé orientale Pâté de campagne	Tarte salée Asperges vinaigrette
	Potage du jour						
	Emincé de volaille au basilic Boulgour Pois gourmands	Gnocchis au pesto  Tomate provençale	Sauté de poulet aux olives Semoule au beurre Légumes printaniers	Emincé de boeuf aux oignons Petits pois à la française Jeunes carottes	Paupiette de veau marengo Pâtes au beurre Gratin de courgettes	Filet de lieu catalane Pomme sautés Fenouil rôtis	Moussaka  Blé pilaf
	Plateau de fromages et laitages						
	Pomme au four Tarte au chocolat	Eclair à la vanille Fruit cuit	Salade de Fruits Moelleux au citron	Crème Dessert Faisselle et sucre	Pâtisserie du Chef Fruit Frais	Fruit de saison Mousse aux fruits	Fondant au chocolat Liégeois



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 10 au 16 Avril 2023



D
E
J
E
U
N
E
R

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	Friand au fromage Crudités sauce cocktail	Salade de fèves échalote Mousse de sardine et toasts	Salade de blé Médaille de surimi et mayonnaise	Saucisson à l'ail Concombre à la crème	Tomates, mozzarella Salade Niçoise	Carottes râpées Crêpe au fromage	Céleri rémoulade Pâtée en croûte
	Potage du jour						
	Rouille de sèche Riz créole Brocolis persillés	Tortillas de pommes de terre  Fondue d'épinard	Cuisse de poulet au jus Pommes campagnardes Ratatouille confite	Boulettes de boeuf sauce tomate Pâtes au beurre Haricots plats	Aiguillettes de volaille au gingembre et citron Boullgour Piperade	Aïoli de poisson et ses légumes 	Chou farci Riz créole
	Plateau de fromages et laitages						
	Entremet lacté Abricots au sirop	Flan caramel Fromage blanc et confiture	Fondant au chocolat Fruit frais	Salade de fruits Cake marbré	DESSERT DE PÂQUES 	Flan pâtissier Salade de fruits	Paris Brest Fruit cuit



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 17 au 23 Avril 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J U N E R	Houmous et toasts Salade de mâche mimosa	Salade de fèves et tomates séchées Salade Grecque	Salade de perles Courgettes râpées au citron	Salade de haricots rouges Sardines à l'huile	Tomate au pesto Salade de riz au maïs	Quiche au fromage Salade composée	Betterave vinaigrette Champignons à la grecque
	Potage du jour						
	Omelette aux fines herbes Purée de patates douces Poêlée de légumes printaniers	 Gratin de macaronis au fromage	Wings de poulet Tex Mex Pommes noisettes Aubergines rôties	Colombo de porc Semoule au beurre Brocolis fleurette	Brandade de poisson 	Paupiette de veau marengo Riz pilaf Carottes ail et persil	Andouillettes sauce dijonnaise Pâtes au beurre Pois gourmand
	Plateau de fromages et laitages						
	Crème saveur pralinée Fruit cuit	Flan au chocolat Fruit de saison	Salade de fruits Moelleux nature	Gaufre au sucre Fruit de saison	Compote Entremet lacté	Tarte aux fruits Mousse au chocolat	Tropézienne Crème vanille



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 24 au 30 Avril 2023



D
E
J
E
U
N
E
R

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	Macédoine de légumes Pizza au chorizo	Concombre sauce ciboulette fromage blanc Salade de pâtes	Oeuf mimosa Taboulé oriental	Feuilleté au fromage Tomate basilic	Salade du chef Quiche au thon	Acras de morue Salade haricots vert	Caviar d'aubergines Carottes râpées
	Potage du jour						
	Escalope viennoise Bouलगour Tomates provençales	Sauté de volaille aux olives Blé pilaf Ratatouille confite	Nuggets végétariens PdT campagnardes Haricots vert à l'ail	Saucisse Aveyronnaise grillée Pâtes au beurre Courgettes aux herbes	Tajine de boulettes d'agneau aux abricots  Semoule au beurre Légumes tajine	Rôti de veau sauce hongroise Gratin poireaux et pommes de terre	Paëlla de poisson et fruits de mer 
	Plateau de fromages et laitages						
	Fruit de saison Cookie	Muffin Compote	Salade de fruits Tiramisu	Banane au chocolat Entremet lacté	Flan pâtissier Fruit de saison	Crumble aux fruits Fromage blanc au miel	Mousse au citron Pêche au sirop



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 01 au 07 Mai 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
D E J E U N E R	Tomate et fêta Salade de blé	Rillettes de sardines Salade de pois chiche	Feuilleté hot dog Salade composée	Salade Niçoise Jambon cru	Stick mozzarella Salade coleslaw	Coeurs d'artichauts Crêpe aux champignons	Tzatziki de concombre Betterave mimosa
	Potage du jour						
	Rouille de seiche  Riz créole Brocolis fleurette	Cuisse de canette au thym Pâtes au beurre Poêlée de légumes printaniers	Colin au beurre blanc Pommes de terre sautées Courgettes braisées	Légumes farcis sauce tomate  Riz blanc	Omelette aux herbes  Blé pilaf Tomate provençale	Sauté de boeuf provençale Semoule au beurre Piperade	Rognons de porc au porto PdT quartiers persillées Blettes sauce tomate
	Plateau de fromages et laitages						
Entremet lacté Compote	Beignet au sucre Fruit de saison	Fruit de saison Tarte chocolat	Entremet lacté Pomme au four	Fruit frais Flan pistache	Eclair vanille Mousse fruits rouges	Tarte au citron meringuée Fruit frais	



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