

Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – 05 au 09 novembre 2018

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J E U N E R	 Carottes râpées Mousse de foie et cornichons Concombre à la menthe Taboulé oriental	Salade verte Nems et salade verte Œuf mayonnaise Velouté de potiron		Salade de surimi Quiche au fromage Endives à l'emmental Céleri rémoulade	 Salade verte Salade de lentilles Rillettes de thon Soupe de légumes
	Cuisse de poulet aux champignons de Paris Poisson au curry	Boulettes d'agneau aux épices Steak de thon à la citronnelle		Saucisse aux oignons Raviolis frais aux 3 fromages	Bœuf bourguignon Dos de poisson en croûte d'herbes
	Haricots verts à l'ail Pommes rissolées	Jeunes carottes sautées Riz madras		Poêlée du Chef Lentilles aux oignons	Brocolis fleurette Tortis
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Eclair au chocolat	Marronnier		Gâteau au chocolat	Gaufre au sucre

Certains produits rentrant dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes. Merci de vous renseigner auprès du chef de cuisine.



Les plats mis en valeur en bordeaux correspondent au **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.

Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – 12 au 16 novembre 2018

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J E U N E R	Salade verte  betteraves en vinaigrette Pâté de campagne Crêpe au fromage	Radis roses Accras de morue sauce piquante Cœurs de palmiers au maïs Soupe de légumes		Salade composée Carottes râpées Rillettes de thon Crêpe au fromage	Concombre au yaourt  Tielle sétoise Œufs mayonnaise Houmous
	Alouette de bœuf à la catalane	Sauté de canard aux olives		Côte de porc à la moutarde	Nuggets de poulet sauce tartare
	Poisson pané et citron	Tagliatelles au saumon		Quiche épinards ricotta	Dos de colin coco gingembre
	Purée de pommes de terre	Tagliatelles		Riz pilaf	Semoule
	Epinards à la crème	Choux-fleurs persillé		Poêlée de champignons en persillade	Haricots beurre persillés
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Corbeille de fruits de saison				
	Flan coco	Tarte citron meringuée		Tiramisu	Crêpe aux marrons

Certains produits rentrant dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes. Merci de vous renseigner auprès du chef de cuisine.

Les plats mis en valeur en bordeaux correspondent au **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – 19 au 23 novembre 2018

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J U N E R	 Salade verte Poireaux en vinaigrette Feuilleté à la viande Soupe de légumes	Crudités mixtes Salade de crevettes aux épices Cochonnaille et condiments		Coleslaw Endives au bleu Tarte salée Mortadelle pistachée	 Salade du Chef Salade languedocienne Sardines au citron Feuilleté tapenade
	Poulet rôti au jus Saumonette au beurre d'orange Frites Haricots verts sautés	Sauté de porc aux champignons Brandade de morue Boulgour Poêlée de légumes		Omelette au coulis de tomate Filet de dorade sauce thaï Riz Brocolis fleurette	Escalope de veau hachée sauce poivre Aïoli de poisson Pommes vapeur Légumes vapeur
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Corbeille de fruits de saison				
	Tarte au flan	Pâtisserie du Chef		Tropézienne	Tarte bourdaloue

Certains produits rentrant dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes. Merci de vous renseigner auprès du chef de cuisine.

Les plats mis en valeur en bordeaux correspondent au **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 03 au 07 décembre 2018

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J E U N E R	Salade verte  Haricots verts en vinaigrette Mousse de foie Salade de lentilles	Salade de betteraves Samossa et menthe Crêpe au fromage Velouté de champignons		Carottes râpées Œufs mayonnaise Betteraves au basilic Salade de riz	 Salade tomate maïs Soupe de poisson à la rouille Concombre à la menthe Entrée du Chef
	Pilons de volaille tex-mex Paupiette de saumon au citron Riz pilaf Poêlée du Chef	Daube de bœuf Filet de lieu meunière Polenta Jeunes carottes aux oignons		Steak haché de veau sauce béarnaise Tourte tex-mex végétarienne Frites Haricots plats persillés	Couscous Garni Filet de dorade aux baies roses Semoule Légumes couscous
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Tarte au chocolat	Gâteau à l'ananas		Panna cotta aux fruits rouges	Donut's

Certains produits rentrant dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes. Merci de vous renseigner auprès du chef de cuisine.



Les plats mis en valeur en bordeaux correspondent au **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.