

# Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci – 05 au 09 novembre 2018

|   | LUNDI<br><i>L'entrée BIO</i>  | MARDI<br><i>L'entrée de Monde</i>  | MERCREDI<br><i>Sabad'Bar/Street Food</i>   | JEUDI<br><i>Le plat Végétarienne</i>  | VENDREDI<br><i>C'est régional !</i>  |
|---|---|--|--|---|--|
| D<br>E<br>J<br>U<br>N<br>E<br>R   | Salade verte<br> Carottes râpées<br>Mousse de foie et cornichons<br><b>Concombre à la menthe</b><br>Taboulé oriental | Salade verte<br><b>Carottes râpées</b><br>Nems et salade verte<br>Œuf mayonnaise<br>Entrée du chef | Salade verte<br>Carottes râpées<br><b>Salade bar</b><br>Charcuteries et condiments   | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Quiche au fromage<br><b>Endives à l'emmental</b><br>Céleri rémoulade |  Salade verte<br>Carottes râpées<br><b>Salade de lentilles</b><br>Rillettes de thon<br>Entrée du Chef |
|   | <b>Cuisse de poulet aux champignons de Paris</b><br><b>Gratin de poisson au curry</b>   | <b>Boulettes d'agneau aux épices</b><br>Steak de thon à la citronnelle                             | <b>Cœur de merlu au beurre blanc</b> <br><b>STREET FOOD</b> | <b>Côte de porc à la moutarde</b><br><b>Crêpe au fromage</b>  | <b>Bœuf bourguignon</b><br><b>Dos de poisson en croûte d'herbes</b>  |
|   | <b>Haricots verts à l'ail</b><br>Pommes rissolées   | Jeunes carottes sautées<br><b>Riz madras</b>   | <b>Légumes du Chef</b><br><b>Féculent du jour</b>  | <b>Poêlée du Chef</b><br><b>Quinoa aux lentilles</b>  | <b>Brocolis fleurette</b><br>Tortis  |
| Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages<br>Corbeille de fruits de saison |   |  |  |   |  |
|   | Eclair au chocolat  | Pâtisserie du Chef   | Tarte aux pommes   | Gâteau au chocolat  | Gaufre au sucre  |
| D<br>Î<br>N<br>E<br>R   | Crudité du Jour   |  |  |   |  |
|   | Quenelles sauce aurore<br>Légumes du chef   | Escalope de volaille penne   | Steak haché de veau<br>Purée de légumes  | Quiche lorraine<br>Pommes vapeur  |  |
| Corbeille de fruits de saison   |   |  |  |   |  |




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

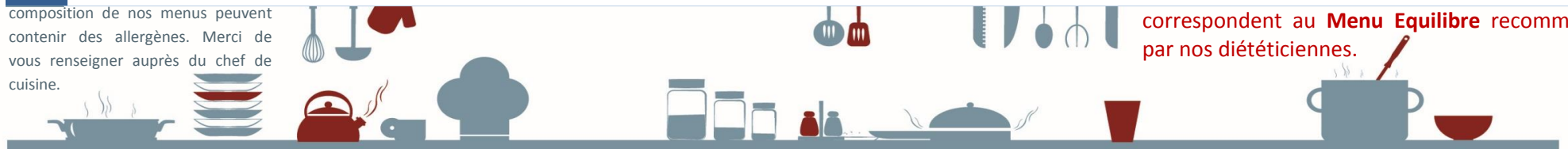
La Merci – 12 au 16 novembre 2018

|                                      | LUNDI<br><i>L'entrée BIO</i>   | MARDI<br><i>L'entrée de Monde</i>   | MERCREDI<br><i>Salad Bar/Street Food</i>  | JEUDI<br><i>Le plat Végétarienne</i>   | VENDREDI<br><i>C'est régional !</i>   |
|--------------------------------------|--|---|---|--|---|
| D<br>E<br>J<br>E<br>U<br>N<br>E<br>R | Salade verte<br>Carottes râpées<br> betteraves en vinaigrette<br>Pâté de campagne<br>Crêpe au fromage | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Accras de morue sauce piquante<br>Cœurs de palmiers au maïs                                | Salade verte<br>Carottes râpées<br><b>Salade bar</b><br>Taboulé à la menthe   | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Rillettes de thon<br>Rosette et cornichons<br>Friand à la viande                              | Salade verte<br>Carottes râpées<br> Tielle sétoise<br>Œufs mayonnaise<br>Tomate féta |
|                                      | <b>Alouette de bœuf à la catalane</b><br><b>Supions au chorizo et oignons</b><br>Purée de pommes de terre<br><b>Epinards à la crème</b>  | <b>Sauté de canard aux olives</b><br><b>Tagliatelles au saumon</b><br><br><b>Tagliatelles</b><br><b>Choux-fleurs persillé</b> | <b>Papillote de poisson</b><br> <b>STREET FOOD</b><br><br><b>Jardinière de légumes</b><br><b>Féculent du jour</b> | <b>Saucisse aveyronnaise</b><br><b>Quiche épinards ricotta</b><br><b>Riz pilaf</b><br><b>Poêlée de champignons en persillade</b> | <b>Nuggets de poulet sauce tartare</b><br><b>Dos de colin coco gingembre</b><br><br><b>Boulgour</b><br><b>Haricots beurre persillés</b>                                 |
|                                      | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages<br>Corbeille de fruits de saison  |   |   |  |   |
|                                      | Tarte citron meringuée   | Flan vanille  | Beignet au chocolat   | Pâtisserie du Chef   | Crêpe au chocolat   |

|                       | Crudité du Jour                |   |                                   |                               |  |
|-----------------------|--------------------------------|---|-----------------------------------|-------------------------------|--|
| D<br>Î<br>N<br>E<br>R | Cuisse de poulet rôtie<br>Ebly | Paupiette de veau à la tomate<br>Choux de Bruxelles | Dos de colin au citron<br>Semoule | Omelette<br>Poêlée de légumes |  |
|                       | Corbeille de fruits de saison  |   |                                   |                               |  |

La composition de nos menus peut contenir des allergènes. Merci de vous renseigner auprès du chef de cuisine.

correspondent au **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



# Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci – 19 au 23 novembre 2018

|                                      | LUNDI<br><i>L'entrée BIO</i>   | MARDI<br><i>L'entrée de Monde</i>  | MERCREDI<br><i>Salad Bar/Street Food</i>  | JEUDI<br><i>Le plat Végétarienne</i>   | VENDREDI<br><i>C'est régional !</i>   |
|--------------------------------------|--|--|---|--|---|
| D<br>E<br>J<br>E<br>U<br>N<br>E<br>R |  Salade de tomates<br>Carottes râpées<br>Poireaux en vinaigrette<br>Feuilleté du Chef | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Salade de crevettes aux épices<br>Cochonnaille et condiments    | Salade verte<br>Carottes râpées<br><b>Salade bar</b><br>Gougère au fromage  | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Endives au bleu<br>Tarte salée<br>Mortadelle pistachée          |  Salade languedocienne<br>Sardines au citron<br>Feuilleté tapenade |
|                                      | <b>Poulet rôti au jus</b><br>Saumonette au beurre d'orange<br><br><b>Frites</b><br>Haricots verts sautés   | <b>Tajine d'agneau</b><br>Filet de dorade sauce thaï<br><br>Riz créole<br><b>Légumes du tajine</b> |  <b>STREET FOOD</b><br><b>Poisson au beurre blanc</b><br><br><b>Féculent du jour</b><br><b>Légumes du jour</b> | <b>Omelette au coulis de tomate</b><br>Brandade de morue<br><br>Penne<br><b>Brocolis fleurette</b> | <b>Rôti de boeuf sauce poivre</b><br><b>Aïoli de poisson</b><br><br><b>Pommes vapeur</b><br><b>Légumes vapeur</b>                                     |
|                                      | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages<br>Corbeille de fruits de saison  |  |   |  |   |
|                                      | Tarte au flan  | Pâtisserie du Chef   | Gâteau basque   | Tropézienne  | Tarte bourdaloue  |
| D<br>Î<br>N<br>E<br>R                | Crudité du Jour  |  |   |  |   |
|                                      | Gratin de poisson<br>Poêlée de légumes   | Cordon bleu<br>Pâtes   | Hachis parmentier   | Boulettes de bœuf au jus<br>Riz  |   |
| Corbeille de fruits de saison        |  |  |   |  |   |




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 – du 26 au 30 novembre 2018

|                                      | LUNDI<br><i>L'entrée BIO</i>  | MARDI<br><i>L'entrée de Monde</i>   | MERCREDI<br><i>Salad Bar/Street Food</i>   | JEUDI<br><i>Le plat Végétarienne</i>  | VENDREDI<br><i>C'est régional !</i>  |
|--------------------------------------|---|---|--|---|--|
| D<br>E<br>J<br>E<br>U<br>N<br>E<br>R | Salade verte<br>Carottes râpées<br> Salade de pâtes<br>Cœurs d'artichauts en salade<br>Charcuterie et condiments | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Pizza du Chef<br>Radis rose à la croque<br>Velouté de courge | Salade verte<br>Carottes râpées<br><b>Salade bar</b><br>Quiche aux fromages  | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Coleslaw<br>Rillettes de la mer<br>Pâté en croute                                      |  Tarte aux oignons doux<br>Macédoine mayonnaise<br>Pamplemousse au surimi |
|                                      | <b>Saucisse fumée</b><br>Lasagnes du pêcheur<br><br>Lentilles aux oignons<br><b>Chou-fleur persillé</b>   | <b>Cordon bleu</b><br><b>Rouille de seiche</b><br><br><b>Riz pilaf</b><br>Poêlée méridionale    |  <b>STREET FOOD</b><br>Filet de lieu au citron<br><br>Féculent du jour<br>Flan de courgettes | <b>Blanquette de veau</b><br><b>Clafoutis de légumes</b><br><br>Pommes vapeur<br>Purée de carottes à l'orange et au cumin | <b>Rôti de porc aux champignons</b><br><b>Filet de hoki pané et son citron</b><br><br>Penne<br><b>Gratin d'épinards</b>                                      |
|                                      | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages<br>Corbeille de fruits de saison   |   |  |   |  |
|                                      | Cookies   | Muffin  | Tarte normande   | Chausson aux pommes   | Pâtisserie du Chef   |
| D<br>Î<br>N<br>E<br>R                | Crudité du Jour   |   |  |   |  |
| Croque-Monsieur<br>Poêlée de légumes | Filet de poisson meunière<br>Jeunes carottes  | Escalope de volaille<br>Pâtes   | Quenelles sauce aurore<br>Légumes du Chef  |   |  |
| Corbeille de fruits de saison        |   |   |  |   |  |


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 – du 03 au 07 décembre 2018

|                                      | LUNDI<br><i>L'entrée BIO</i>  | MARDI<br><i>L'entrée de Monde</i>   | MERCREDI<br><i>Salad Bar/Street Food</i>  | JEUDI<br><i>Le plat Végétarienne</i>   | VENDREDI<br><i>C'est régional !</i>  |
|--------------------------------------|---|---|---|--|--|
| D<br>E<br>J<br>E<br>U<br>N<br>E<br>R | Salade verte<br>Carottes râpées<br> Haricots verts en vinaigrette<br>Mousse de foie<br>Salade de lentilles | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Samossa et menthe<br>Crêpe au fromage<br>Velouté de champignons  | Salade verte<br>Carottes râpées<br><b>Salade bar</b><br>Charcuterie et cornichons<br>Céleri rémoulade   | Salade verte<br>Carottes râpées<br>Œufs mayonnaise<br>Betteraves au basilic<br>Salade de riz                       | Salade verte<br>Carottes râpées<br> Pissaladière<br>Salade de légumes grillés<br>Entrée du Chef |
|                                      | <b>Sauté de volaille à la crème</b><br>Paupiette de saumon au citron<br><br>Pâtes<br><b>Poêlée du Chef</b>  | <b>Daube de bœuf</b><br>Filet de lieu meunière<br><br><b>Polenta</b><br>Jeunes carottes aux oignons |  <b>STREET FOOD</b><br><b>Gratin de poisson</b><br><br><b>Féculent du jour</b><br><b>Légumes du jour</b> | <b>Steak haché de veau sauce béarnaise</b><br><b>Chili sin carne</b><br><br>Riz<br><b>Haricots plats persillés</b> | <b>Couscous Garni</b><br><b>Filet de dorade aux baies roses</b><br><br><b>Semoule</b><br>Légumes couscous  |
|                                      | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages<br>Corbeille de fruits de saison   |   |   |  |  |
|                                      | Tarte au chocolat   | Pâtisserie du Chef  | Ile flottante   | Fondant au chocolat  | Donut's  |
| D<br>Î<br>N<br>E<br>R                | Crudité du Jour   |   |   |  |  |
|                                      | Boulettes d'agneau<br>Ebly  | Saumonette au citron<br>Pommes vapeur   | Alouette de bœuf<br>Pâtes   | Tortilla<br>Salade verte   |  |

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.

