

# LA MERCI

Semaine du 07 au 11 Novembre 2022



	LUNDI Entrée BIO	MARDI Entrée du Monde	MERCREDI Street food	JEUDI Menu végétarien	VENDREDI
D E J E U N E R	Croque monsieur <b>Salade verte et croûtons</b> Céleri vinaigrette Salade de quinoa	Carottes râpées vinaigrette Mousse de thon et toast <b>Nem à la menthe</b> Salade de blé	Salade verte Carottes râpées Salade bar	Tielle sétoise <b>Wrap crudités et fromage frais</b> Salade de haricots verts et oignons rouges Lentilles à l'échalote	<b>FERIE</b>
	<b>Petit salé aux lentilles</b> Filet de lieu sauce dieppoise  <b>Lentilles cuisinées</b> Jeunes carottes	<b>Paleron de boeuf et ses légumes</b> Gratin de poisson aux petits légumes  Pommes vapeur	<b>Street Food</b>  Féculents du jour Légumes du jour	<b>Chili sin carne</b> Aiguillettes de volaille aux épices  <b>Riz pilaf</b> Haricots plats à l'ail	
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Tarte au chocolat	Gaufre au sucre	Pâtisserie	Beignet choco-noisette	
Corbeille de de fruits frais					

D Î N E R	Crudité du Jour			
	Filet de colin sauce à l'aneth Gratin de courge	Sauté de volaille au lait de coco et citron vert Brocolis gratinés	Raviolis gratinés	
Corbeille de fruits de saison				



**LE MENU EQUILIBRE**  
en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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



**LE MENU VEGETARIEN DE LA SEMAINE**  
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines

# LA MERCI

Semaine du 14 au 18 Novembre 2022



	LUNDI Entrée BIO	MARDI	MERCREDI Street food	JEUDI Menu végétarien	VENDREDI Régional
D E J E U N E R	Chou blanc râpé <b>Betteraves vinaigrette</b> Cake salé Pois chiches à l'échalote	 <i>Repas Créole</i>	Salade verte Carottes râpées Salade bar	Oeuf façon mimosa Carottes râpées au vinaigre de framboise Tarte aux poireaux <b>Salade de boulgour</b>	<b>Roulé à la saucisse</b> Céleri et thon Nem aux légumes Salade d'endives
	<b>Pâtes à la carbonara</b> <b>Pavé de saumon à l'aneth</b>		<b>Street Food</b>	<b>Omelette au fromage</b> <b>Sauté de poulet façon chasseur</b>	<b>Emincé de boeuf aux oignons</b> <b>Filet de hoki sauce au curry</b>
	Fondue de poireaux Pâtes au beurre		Féculets du jour Légumes du jour	Riz blanc <b>Choux de Bruxelles</b>	<b>Frites</b> <b>Poêlée forestière</b>
	Gâteau basque			Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages	
			Pâtisserie	Paris Brest	Tiramisu

Corbeille de de fruits frais

D Î N E R	Crudité du Jour			
	Tortilla de pommes de terre Salade verte	Steak haché grillé au jus Flan de butternut	Pilons de poulet épicés Légumes grillés	Boulettes d'agneau façon tajine Semoule aux raisins
	Corbeille de fruits de saison			



## LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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



# LA MERCI

Semaine du 21 au 25 Novembre 2022



	LUNDI Entrée BIO	MARDI Entrée du Monde	MERCREDI Street food	JEUDI Menu végétarien	VENDREDI Régional
D E J U N E R	Poireaux vinaigrette <b>Salade chou chinois et raisins secs</b> Quiche au fromage Saucisson sec	<b>Salade de pâtes</b> Champignons vinaigrette Oeufs mayonnaise Betteraves aux pommes	Salade verte Carottes râpées Salade bar	<b>Salade de haricots rouges et maïs</b> Salade verte et dés d'emmental Terrine de campagne Samoussa de légumes	Pamplemousse au sucre Rillettes de thon Salade d'artichauts <b>Feuilleté au fromage</b>
	<b>Blanquette de veau</b> Filet de lieu sauce tomate  <b>Riz blanc</b> Carottes sautées	<b>Sauté de volaille au curry</b> Gratin de fruits de mer  <b>Semoule au beurre</b> <b>Poêlée de légumes</b>	<b>Street Food</b>  Féculets du jour Légumes du jour	<b>Galette végétarienne</b> Saucisse de Toulouse grillée  Lentilles cuisinées <b>Purée de potiron</b>	<b>Escalope de porc aux herbes</b> <b>Filet de poisson sauce safranée</b>  Pommes lamelles sautées <b>Epinards à la béchamel</b>
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Crêpe au sucre	Tarte tatin	Pâtisserie	Gâteau au yaourt	Tarte citron meringuée
	Corbeille de de fruits frais				

D Î N E R	Crudité du Jour			
	<b>Quiche lorraine</b> Salade verte	<b>Lasagnes à la bolognaise</b>	<b>Poulet texmex</b> Poêlée de légumes	<b>Dos de colin à la crème</b> Haricots verts sautés
	Corbeille de fruits de saison			



## LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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



## LE MENU VEGETARIEN DE LA SEMAINE

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

# LA MERCI

Semaine du 28 Novembre au 02  
Décembre 2022



	LUNDI Entrée BIO	MARDI Entrée du Monde	MERCREDI Street food	JEUDI Menu végétarien	VENDREDI Régional
D E J E U N E R	<b>Salade de riz</b> Jambon blanc et condiments Radis beurre Salade de haricots verts	Croque monsieur Salade de mâche <b>Carottes râpées vinaigrette</b> Macédoine de légumes vinaigrette	Salade verte Carottes râpées Salade bar	Sardines à l'huile Taboulé <b>Wrap crudités fromage frais</b> Céleri rémoulade	Quiche au chèvre <b>Salade verte et croûtons</b> Brocolis aux amandes Saucisson à l'ail
	<b>Nuggets de volaille</b> Aile de raie  Pâtes au beurre <b>Poireaux à la crème</b>	<b>Sauté de porc aux oignons</b> Filet de hoki sauce beurre blanc  <b>Blé au beurre</b> Gratin de chou fleur	Street Food  Féculents du jour Légumes du jour	<b>Riz cantonnais végétarien</b> Rôti de dinde au jus  Riz pilaf Haricots plats persillés	<b>Poulet sauce chasseur</b> <b>Aïoli de poisson</b>  <b>Pommes vapeur</b> <b>Légumes à l'aïoli</b>
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Chausson aux pommes	Cake marbré	Pâtisserie	Chou à la crème	Flan pâtissier
	Corbeille de de fruits frais				

D Î N E R	Crudité du Jour			
	Crêpe au fromage Poêlée de légumes verts	Boulettes de boeuf au jus Carottes sautées	Gratin de poisson aux petits légumes	Cordon bleu Purée de panais
	Corbeille de fruits de saison			



## LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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



## LE MENU VEGETARIEN DE LA SEMAINE

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



# LA MERCI

Semaine du 05 au 09 Décembre 2022



	LUNDI Entrée BIO	MARDI Entrée du Monde	MERCREDI Street food	JEUDI Menu végétarien	VENDREDI Régional
D E J U N E R	<b>Champignons à la grecque</b> Pizza du Chef Oeuf dur au thon Chou fleur sauce cocktail	Salade d'endives aux pommes Crêpe fromage Salade piémontaise Betteraves vinaigrette	Salade verte Carottes râpées Salade bar	<b>Salade composée</b> Roulé à la saucisse Salade de lentilles Médaillon de surimi et mayonnaise	Carottes râpées vinaigrette à l'orange <b>Friand au fromage</b> Mousse de foie Salade au brie et raisins secs
	<b>Couscous merguez</b> Dos de colin au citron  <b>Semoule au raisins secs</b> Jeunes carottes	<b>Sauté de volaille au curry</b> Quenelle nature sauce aurore  Riz blanc <b>Haricots beurre</b>	Street Food  Féculents du jour Légumes du jour	<b>Tartiflette végétarienne</b> Tartiflette du Chef  Poêlée de légumes verts	<b>Cassoulet garni</b> <b>Poisson meunière et citron</b>  Haricots blancs <b>Potimarron gratiné</b>
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Beignet au sucre	Tarte aux pommes	Pâtisserie	Tarte au chocolat	Eclair
	Corbeille de de fruits frais				

D Î N E R	Crudité du Jour			
	Poulet rôti au jus Flan de légumes	Raviolis gratinés	Filet de lieu sauce armoricaine Gratin de légumes	Jambon braisé Purée de carottes
	Corbeille de fruits de saison			



## LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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



## LE MENU VEGETARIEN DE LA SEMAINE

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

# LA MERCI

Semaine du 12 au 16 Décembre 2022



	LUNDI Entrée BIO	MARDI Entrée du Monde	MERCREDI Street food	JEUDI	VENDREDI Régional	
D E J E U N E R	<b>Houmous</b> Salade verte et dés de fromage Charcuterie et condiments Taboulé	Salade de boulgour <b>Brocolis sauce tartare</b> Wrap thon crudités Salade de maïs	Salade verte Carottes râpées Salade bar	<b>REPAS DE NOËL</b>	<b>Quiche lorraine</b> Salade du chef Avocat sauce cocktail Salade de pommes de terre	
	<b>Escalope de dinde sauce suprême</b> Filet de poisson sauce hollandaise  Purée de patate douce <b>Haricots verts à l'ail</b>	<b>Hachis parmentier</b> Brandade de poisson  Carottes braisées	<b>Street Food</b>  Féculents du jour Légumes du jour		<b>Steak haché grillé au jus</b> <b>Filet de lieu sauce estragon</b>  Riz créole <b>Epinards à la crème</b>	
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages					
	Tropézienne	Tarte bourdaloue	Pâtisserie			Tarte aux poires
	Corbeille de de fruits frais					

D Î N E R	Crudité du Jour			
	Pizza aux trois fromages Salade verte	Wings de poulet Wok de légumes	Tajine d'agneau et ses légumes	Filet de poisson pané et citron Polenta crémeuse
	Corbeille de fruits de saison			



## LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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



## LE MENU VEGETARIEN DE LA SEMAINE

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