














Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral- 03 AU 07 JANVIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
D E J E U N E R	Carottes râpées  Pizza Potage de légumes	Salade verte aux dès d'emmental Houmous Rosette et cornichons		Choux rouges vinaigrette Wraps de légumes Œufs au thon	Radis beurre Salade de haricots blancs Jambon de dinde	
	 Paupiette de veau aux champignons Pépîte de colin épinards  Haricots verts Semoule au beurre	 Poulet rôti au jus Filet de hoki à l'orange  Gratin de choux fleurs Frites		 Sauté de porc Omelette aux fromages  Purée de carottes Pâtes au beurre	 Tartiflette Dos de cabillaud sauce citron  Riz créole  Brocolis fleurette	
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison					
	 Compote de fruits Mousse chocolat Tarte aux pommes	 Salade de fruits Fromage blanc au miel Beignet aux abricots			EPIPHANIE	Ile flottante Poire au sirop Éclair au chocolat

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















Le menu mis en valeur en BORDEAUX correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral - 10 AU 14 JANVIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J U N E R	Taboulé oriental Pâté de campagne  Salade de choux fleurs	 Carottes râpées Salade de riz Quiche aux fromages		Croquemonsieur Pamplemousse au sucre Beignet de courgettes	 Salade verte aux olives Salade piémontaise Tarte aux oignons
	 Spaghettis bolognaises Filet de poisson sauce citronnée Petits pois étuvés  Spaghettis au beurre	Cordon bleu Falafels sauce blanche Poêlée de légumes verts Riz pilaf		 Sauté de poulet aux olives Parmentier de butternut végétarien  Semoule aux beurre Légumes couscous	 Saucisse Aveyronnaise Pavé de hoki à la catalane  Fondue de poireaux Pommes grenailles
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Pomme au four Flan vanille Fondant au chocolat	Fromage blanc au coulis de fruits Ananas rôti Tarte au citron meringuée		 Salade de fruits Mousse marrons Gâteau au yaourt	 Compote de fruits Liégeois Choux à la crème

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












Le menu mis en valeur en BORDEAUX correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose **Les Menus** de la semaine

La Merci Littoral - 17 AU 21 JANVIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Céleri rémoulade Roulé à la saucisse Samoussa	Friand au fromage Choux rouges vinaigrette Œufs au thon		 Carottes râpées Quiche au chèvre Salade exotique	Sardines à l'huile Salade de cœur de palmiers Salade de pommes de terre
	Nuggets de poulet Poisson au beurre blanc  Épinards à la crème  Pâtes au beurre	 Veau marengo Brandade de morue Semoule au beurre Navets glacés		 Escalope de dinde à la crème de champignons Lasagnes végétarienne Purée de pommes de terre Haricots verts sautés	 Roti de porc aux oignons Filet de poisson sauce tomate  Brocolis fleurette Gnocchis
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Compote de fruits Mousse citron Chausson aux pommes	 Salade de fruits Tarte au flan Ile flottante		Orange à la cannelle Fromage blanc à la crème de marrons Beignet abricots	Poire au chocolat Flan caramel Cookies

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














Le menu mis en valeur en BORDEAUX correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral - 24 AU 28 JANVIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J U N E R	Salade de champignons Œufs mimosa Nem à la menthe	 Concombres vinaigrette Charcuterie Salade de haricots rouges		Salade composée Maquereaux Salade de riz	 Carottes râpées Flammenkuech Houmous
	 Petits salé aux lentilles Cabillaud sauce vierge  Lentilles fermières Julienne de légumes	Steak haché grillé Filet de poisson sauce citron  Jeunes carottes  Pâtes au beurre		 Couscous garni Œufs brouillés au fromage  Légumes couscous Semoule au beurre	 Hachis Parmentier Filet de lieu à l'orange Purée de pommes de terre  Haricots verts sautés
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Mandarine Fromage blanc au sucre Tarte au chocolat	Pomme au four Liégeois Brownies		Salade de fruits Mousse chocolat Gaufre au sucre	Compote de fruits Flan chocolat Ananas frais









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

Le menu mis en valeur en BORDEAUX correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral - 31 JANVIER AU 04

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Pamplemousse au sucre Pizza Accras de morue	Salade verte aux dès d'emmental  Salade de pâtes Jambon blanc et cornichons		Œufs mayonnaise Betteraves aux pommes Feuilleté au bleu	Salade composée Rillettes de thon Salade de lentilles
	 Pâtes à la carbonara Poisson aux échalottes  Pâtes au beurre Gratin de blettes	 Poulet rôti au jus Curry de poisson  Gratin de choux fleurs Frites	 LANGUEDOC RESTAURATION	Boulettes d'agneau au curry Filet de poisson sauce tomate Gnocchis au beurre Salsifis safranés	 Blanquette de veau Tourte forestière végétarienne Julienne de légumes Riz créole
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Salade de fruits Mousse citron Donut's	 Compote de fruits Ile flottante Tarte Bourdaloue		CHANDELEUR	Salade d'agrumes Fromage blanc au coulis de mangue Tiramisu

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












Le menu mis en valeur en BORDEAUX correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral - 07 AU 11 FEVRIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Sardines à l'huile Salade de pâtes  Carottes râpées	Crêpe jambon fromage Saucisson à l'ail Salade Italienne		Mousse de betteraves et fromage frais Quiche aux légumes Charcuterie	 Concombres vinaigrette Taboulé de boulgour Œufs mayonnaise
	 Sauté de volaille curry coco Filet de poisson au citron Pommes rissolées Poêlée de légumes verts	 Escalope de porc au jus Merlu à la tomate  Pâtes au beurre Épinards à la crème		Roti de dinde au miel Chili sin carné végétarien Riz créole Poêlée de légumes	 Paupiette de veau à la catalane Lieu aux amandes Purée de pommes de terre Haricots beurre
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Corbeille de fruits de saison				
	Orange à la cannelle Flan caramel Tarte aux pommes	Poire au chocolat Crème dessert Brownies		 Salade de fruits Mousse pralinée Pâtisserie	 Compote de fruits Liégeois Paris Brest

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











Le menu mis en valeur en BORDEAUX correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose **Les Menus** de la semaine

La Merci Littoral - 14 AU 18 FEVRIER 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	
D E J E U N E R	 Carottes râpées Salade piémontaise Rillettes de thon	Salade de champignons Wraps saumon fumé crème ciboulette Taboulé oriental		Céleri rémoulade  Salade de riz Charcuterie	Friand au fromage Salade de haricots verts Salade de pois chiches	
	 Pilons de poulet texmex Filet de poisson meunière et son citron Frites Purée de butternut	 Boulettes de bœuf au jus Rouille de seiche Riz créole Gratin de brocolis		Roti de porc au jus Omelette aux herbes  Fondue de poireaux Coquillettes au beurre	 Tajine d'agneau aux épices Dos de colin sauce béarnaise Semoule au beurre Poêlée de légumes	
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison					
	Salade de fruits Mousse aux fruits rouges Charlotte aux poires	 Compote de fruits Crème caramel Cookies		Banane rôtie Ile flottante Beignet au chocolat	Pomme au four Liégeois Pâtisserie	

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



Le menu mis en valeur en BORDEAUX correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.

