


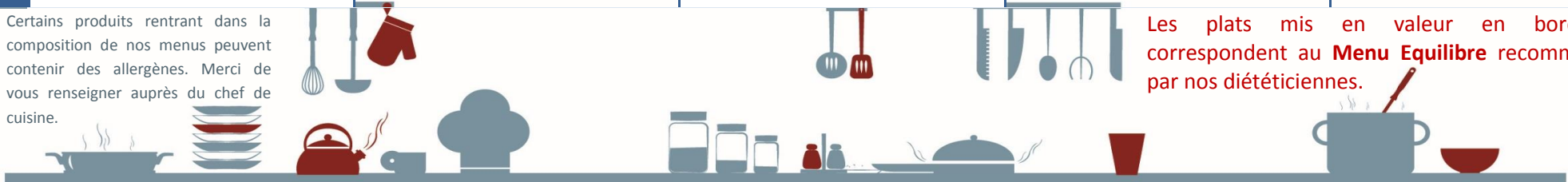
# Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 04 au 08 janvier 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le menu végétarien	VENDREDI
D E J U N E R	 Carottes râpées <b>Pissaladière</b> Salade d'artichauts en persillade	<b>Salade verte</b> Œufs mayonnaise Taboulé oriental		Samoussa et menthe <b>Salade de betteraves                      à la féta</b> Salade de pois chiche	<b>Tielle sétoise</b> Pâté de campagne Salade fermière
	Steak haché sauce barnaise <b>Dos de colin à l'orange</b>  Riz pilaf <b>Haricots verts à l'ail</b>	<b>Poulet rôti au jus</b> Dos de cabillaud en croûte d'herbes  <b>Frites</b> Fondue de poireaux		Côte de porc caramélisée <b>Tortellini au fromage</b>  <b>Haricots coco</b> Poêlée de légumes	Boulettes d'agneau au curry <b>Filet de poisson pané</b>  Semoule aux raisins <b>Carottes au gingembre</b>
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Royaume Flan au caramel <b>Salade de fruits</b>	Brownie <b>Crème vanille</b> Ananas à la menthe		Tropicane Fromage blanc au coulis de fruits <b>Salade d'agrumes</b>	Galette des rois Mousse au chocolat <b>Poire pochée</b>


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 11 au 15 janvier 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le menu végétarien	VENDREDI
D E J E U N E R	 <b>Haricots verts en salade</b> Feuilleté poulet curry Salade d'ebly	Macédoine mayonnaise <b>Salade composée</b> Salade d'endives au bleu		Pizza Pâté de campagne <b>Salade verte aux olives</b>	 Carottes râpées Seiche sauce pimentée <b>Quiche lorraine</b>
	Pilons de poulet basquaise <b>Paupiette de saumon au citron</b>  <b>Ebly</b> Poêlée du Chef	<b>Gardianne de taureau</b> Poisson à la bordelaise  <b>Riz camarguais</b> Brocolis fleurette		<b>Lasagnes épinards ricotta</b> Escalope milanaise  Boulgour Purée de légumes	Escalope de veau hachée sauce poivre <b>Pavé de hoki au beurre blanc</b>  Pommes grenailles <b>Poêlée forestière</b>
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Tarte au chocolat Crème caramel <b>Clémentines</b>	Tarte au citron meringuée Mousse aux marrons <b>Compote de pommes</b>		Tiramisu Entremets pistache chocolat <b>Salade de fruits frais</b>	Eclair vanille Mousse de fruits rouges <b>Banane au caramel</b>

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 18 au 22 janvier 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le menu végétarien	VENDREDI
D E J E U N E R	 <b>Salade de betteraves</b> Pâté en croute Accras de morue	Accras de morue <b>Salade de surimi</b> Céleri rémoulade		ANIMATION 	Salade verte  <b>duo de crudité</b> Mousse de foie
	<b>Saucisse aveyronnaise</b> Pépites de colin aux épinards  <b>Purée de pommes de terre</b> Gratin de courge	Cordon bleu <b>Rouille de seiche</b>  Riz créole Poêlée de légumes			Escalope de poulet à la provençale <b>Nuggets de poisson</b>  Tortis <b>Poêlée aux champignons</b>
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Fondant au chocolat Fromage blanc au coulis de fruits <b>Poire aux amandes</b>	Génoise au chocolat <b>Flan à la vanille</b> Salade d'orange à la cannelle			<b>Tropézienne</b> Panna cotta au caramel Compote de fruits

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 25 au 29 janvier 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le menu végétarien	VENDREDI
D E J U N E R	Carottes râpées <b>Bio</b> Chou rouge râpé aux pommes Rosette et cornichons	Salade de crevettes ananas <b>Salade de riz</b> Salade d'endives au bleu		<b>Carottes râpées</b> Crêpe au fromage Concombre à la crème	<b>Salade piémontaise</b> Pizza Rillettes et cornichons
	<b>Paupiette de veau à la moutarde</b> <b>Filet de poisson sauce citron</b> <b>Pommes boulangères</b> Gratin de poireaux	<b>Poulet rôti frais</b> Aile de raie à la grenobloise  <b>Pâtes au beurre</b> <b>Choux-fleurs persillés</b>		<b>Galette végétarienne</b> <b>Steak haché de veau en sauce</b>  <b>Lentilles-quinua</b> <b>Poêlée de légumes</b>	<b>Nuggets de volaille</b> <b>Tajine de poisson</b>  <b>Semoule</b> <b>Légumes aux épices</b>
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Corbeille de fruits de saison				
	Gaufre au chocolat <b>Liégeois au caramel</b> Pomme au four	Gâteau basque Mousse au chocolat <b>Salade d'agrumes</b>		Panna cotta au caramel <b>Tarte normande</b> Clémentines	Beignet aux pommes Fromage blanc au miel <b>Salade banane kiwi</b>

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 – 1<sup>er</sup> au 05 février 2021

D E J E U N E R	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le menu végétarien	VENDREDI
	Salade verte Rosette et cornichons <b>Endives aux noix</b>	<b>Salade verte</b> Carottes râpées Salade exotique Wrap au saumon fumé			Carottes râpées Feuilleté au fromage <b>Salade Italienne</b>
<b>Sauté de boeuf</b> Filet de dorade aux baies roses Riz créole <b>Poêlée de haricots beurre</b>	<b>Saucisse de Toulouse</b> Colin d'Alaska aux corn flakes <b>Pâtes au beurre</b> Jeunes carottes persillées			<b>Pâtes sauce champignons parmesan</b> Filet de loup aux herbes  Tagliatelles au beurre Poêlée de légumes verts	Rôti de porc à la moutarde <b>Filet de merlu sauce du Chef</b> Boulgour <b>Gratin de choux-fleurs</b>
Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison					
<b>Tarte noix de coco</b> Crème au chocolat Ananas frais	Tiramisu Fromage blanc au coulis de fruits <b>Banane au chocolat</b>			Moelleux poire caramel Flan au chocolat <b>Salade de fruits frais</b>	Donut's Liégeois vanille <b>Mandarines</b>

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 – 08 au 12 février 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le menu végétarien	VENDREDI
D E J E U N E R	Salade de lentilles Carottes râpées <b>Pizza</b>	<b>Salade de cœurs de palmiers</b> Mousse de foie et cornichons Crêpe au fromage		Salade verte Stick de mozza <b>Salade de champignons</b>	<b>Batavia au chèvre</b> Céleri rémoulade Œufs mayonnaise
	<b>Steak haché grillé</b> Curry de poisson  Riz pilaf <b>Haricots plats à l'ail</b>	<b>Escalope de poulet à la normande</b> <b>Gratin de poisson aux fruits de mer</b>  <b>Ebly</b> Epinards à la crème		<b>Rôti de porc à la moutarde à la l'ancienne</b> <b>Tarte épinards chèvre</b>  <b>Boulgour</b> Poêlée du Chef	<b>Pâtes bolognaise</b> <b>Paupiette de saumon au beurre blanc</b>  <b>Tortis</b> <b>Fondue de poireaux</b>
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Tiramisu Fromage blanc au coulis de fruits <b>Salade d'ananas frais</b>	Cookies Ile flottante <b>Litchis aux fruits et coulis de fruits rouges</b>		Tarte aux pommes Crème au chocolat <b>Orange</b>	<b>Eclair au chocolat</b> Flan au caramel Compote de pomme banane

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.