


Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – 22 au 28 Avril 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	Salade de tomates Taboulé à la menthe Concombre au maïs	Radis beurre Artichauts vinaigrette Friand au fromage		Céleri rémoulade Salade verte au thon Tomates au basilic	Pizza Saucisson à l'ail Salade de cœurs de palmiers
	Steak haché sauce barbecue Filet de lieu à la catalane	Nuggets de poulet Cabillaud et son citron		Saucisse de Toulouse grillée Omelette au fromage	Boulettes de bœuf au jus Cubes de colin panés aux céréales
	Haricots verts en persillade Frites	Jeunes carottes persillées Blé à la tomate		Brocolis fleurette Purée de pommes de terre	Courgettes à l'ail Riz créole
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Fraises au sucre Mousse au chocolat Donut's	Salade de fruits frais Ile flottante Millefeuille		Liégeois Duo fraise kiwis Eclair chocolat	Fromage blanc au coulis de mangue Compote de fruits Pâtisserie du Chef

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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral- du 29 avril au 05 mai

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI
D E J U N E R	Œufs mayonnaise Salade de lentilles Tomates fêta	Salade verte aux olives Samoussa et menthe Betteraves au basilic		Macédoine mayonnaise Rosette et condiments Concombre à la menthe	Carottes râpées Salade de pâtes Salade verte au maïs
	Pâtes carbonara Poisson à la provençale Poêlée de légumes Pâtes au beurre	Paupiette de veau aux oignons Gratin de fruits de mer Boulgour Ratatouille confite		Poulet rôti au thym Crêpe au fromage Potatoes Haricots plats à l'ail	Mijoté de porc aux olives Filet de lieu au curry Riz pilaf Jeunes carottes
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Entremet lacté Riz au lait Duo fraises kiwis	Crème au chocolat Tarte aux fruits Ananas frais		Poire au chocolat Tropézienne Fraises chantilly	Flan au caramel Salade de fruits frais 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.



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



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 06 au 12 mai 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	Chou blanc râpé aux pommes Salade verte aux croûtons Salade de pois chiche	Salade de tomates Accras de morue Salade composée		Mousse de foie Salade de pommes de terre Salade de cœurs de palmiers	Salade composée Tomates mozzarella Pizza
	Escalope de volaille panée Filet de dorade au beurre blanc Courgettes sautées Pommes vapeur	Boulettes d'agneau aux épices Poisson à la catalane Poêlée aux aubergines Semoule au beurre		Rôti de porc au jus Quiche au fromage Petits pois aux oignons Pâtes au beurre	Daube de bœuf à la provençale Brandade de morue Poêlée de légumes printaniers Purée de pommes de terre
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Gaufre au sucre Salade de fraises Crème vanille	Salade de fruits à la menthe Mousse aux fruits Eclair		Fromage blanc au coulis de fruits Pâtisserie du chef Compote de pommes	Mousse chocolat Ananas frais à la menthe Tropézienne

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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 13 au 19 mai 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	Charcuterie et condiments Quiche du Chef Salade verte aux olives	Quiche au fromage Macédoine mayonnaise Carottes râpées		Céleri rémoulade Concombres vinaigrette Taboulé oriental	Salade de tomates Œufs mimosa Pâté en croute
	Poulet rôti aux herbes Rabas d'encornets sauce tartare Haricots verts à l'ail Pommes vapeur	Escalope de porc au caramel Cubes de colin panés aux céréales Poêlée exotique Riz créole		Sauté de dinde au lait de coco Gnocchis aux petits légumes Courgettes sautées Semoule	Steak haché au poivre Filet de lieu et son citron Ratatouille confite Frites
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Mousse au chocolat Fraises chantilly Compote de poires	Crème caramel Kiwi Tarte au citron		Liégeois Salade de fruits frais Forêt noire	Fromage blanc au sucre Pomme au four Donut's

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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 20 au 26 mai 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI
D E J U N E R	Radis roses Salade maïs thon Pizza	Pâté de campagne Céleri rémoulade Salade de tomates et concombre à la coriandre		Macédoine mayonnaise Salade de riz Carottes râpées	Charcuterie et condiments Salade verte aux croûtons Gaspacho
	Lasagnes bolognaise Filet de poisson aux crevettes Carottes sautées Pâtes au beurre	Cordon bleu Poisson sauce citron Haricots vers persillées Ebly		Saucisse aveyronnaise Moussaka aux lentilles corail Ratatouille confite Purée de pommes de terre	Boulettes d'agneau au curry Dos de colin sauce vierge Poêlée de légumes Riz pilaf
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Gâteau Basque Ile flottante Salade fraises ananas	Pâtisserie du Chef Entremet lacté Salade de pastèque		Pastèque Crème dessert Tarte aux fruits	Beignet à l'abricot Mousse 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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 27 mai au 02 juin

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J U N E R	Tomates féta Cœurs de palmier vinaigrette Œufs mayonnaise	Salade verte aux croûtons Salade exotique (riz ananas curry) Rillettes de sardines			Salade de pâtes Carottes râpées à l'orange Salade verte aux tomates
	Cheeseburger Poisson sauce citronnée Poêlée de légumes verts Frites	Longe de porc au lait Cabillaud à la tapenade Semoule beurre Aubergines grillées		Ascension	Bœuf à la catalane Filet de lieu au pesto Petit pois étuvés Riz blanc
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Fruit de saison BIO Gaufre au sucre Flan chocolat	Pêche Ile flottante beignet aux pommes			Marmelade de fruits Panna cotta au coulis de mangue Gâteau au yaourt et pépites de 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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 03 au 09 juin 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	Crêpe au fromage Pastèque à la menthe Mortadelle pistachée	Roulé à la saucisse Concombres vinaigrette Salade verte aux dès d'emmental		Betteraves vinaigrette Salade de tomates aux olives Mousse de foie	Melon Salade de mâche aux croûtons Salade piémontaise
	Paupiette de veau aux échalotes Filet de poisson à la provençale Penne Courgettes sautées	Poulet rôti aux herbes de Provence Cubes de colin panés aux céréales Ebly sauce tomate Haricots verts persillés		Saucisse grillée aux herbes Omelette sauce tomate Purée de pommes de terre Ratatouille confite	Hachis Parmentier Aïoli de poisson Pommes vapeur Poêlée de légumes
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Salade de fruits de frais Fromage blanc au sucre Eclair au chocolat	Mousses aux fruits rouges Pâtisserie du Chef Salade de pêches		Salade de nectarines Fromage blanc au miel Beignet au sucre	Marmelade de fruits Milk shake fraises Tarte aux abricots

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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 10 au 16 juin 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	Lundi de Pentecôte	Pizza du Chef Radis beurre Haricots verts en salade		Melon à la menthe Coleslaw Pissaladière	Samoussa et menthe Tomate au basilic Salade verte au thon
		Spaghettis carbonara/Saumon Ratatouille confite Spaghettis		Petits farcis (tomate courgette) Pâtes sauce fromagère Tomate rôtie Pâtes	Daube de boeuf Cœurs de merlu sauce béarnaise Jeunes carottes sautées Riz blanc
		Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages			
		Salade de pastèque Mousse au chocolat Tarte citron meringuée		Ananas frais Flan chocolat Pâtisserie du Chef	Abricots aux amandes Fromage blanc au miel Millefeuille

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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 17 au 23 juin 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI	
D E J E U N E R	Pastèque à la fête Salade de haricots rouges Salade composée	Salade tomates maïs Croque Monsieur Salade d'artichauts		Macédoine mayonnaise Friand au fromage Melon	Salade verte aux olives Salade pommes de terre et thon Radis roses	
	Alouette de bœuf au curry Filet de lieu sauce citronnée Flan de légumes Pommes vapeur	Cordon bleu de volaille Filet de poisson à la provençale Poêlée de légumes verts Blé au beurre		Roti de porc au jus Crêpe au fromage Haricots verts sautés Penne au beurre	Sauté de poulet à la crème Nuggets de poisson Ratatouille confite Semoule beurre	
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages					
	Brownies Salade de pêches Crème caramel	Salade de melon Tiramisu Ile flottante		Beignet abricot Entremet lacté Salade de fruits frais	Duo pêches abricots Flan vanille Gâteau 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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 24 au 30 juin 2019

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarien</i>	VENDREDI
D E J U N E R		Accras de morue Salade verte aux tomates Betteraves vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette Haricots verts vinaigrette Pizza		Tomates au basilic Jambon de dinde et condiments Houmous	Pâté en croute Melon tomate mozzarella
		Poulet rôti au jus Lieu à l'huile d'olive Jeunes carottes sautées Frites	Mijoté de porc du Chef Hoki pané et son citron Piperade Pommes vapeur		Steak haché grillé sauce échalotes Feuilleté provençal Riz créole Courgettes en persillade	Escalope de volaille au jus Paupiette de saumon au citron Tian de légumes Blé au beurre
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages					
		Salade de pêches Mousse aux fruits Tarte au chocolat	Fruit de saison Crème dessert Gaufre au chocolat		Abricots Flan au caramel clafoutis aux cerises	Salade de fruits frais Liégeois Pâtisserie du Chef

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 Orange correspond à la composition d'un **Menu Equilibre** recommandé par nos diététiciennes.

