

Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 02 au 08 Novembre 2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le plat Végétarien	VENDREDI
D E J U N E R	 Carottes râpées Saucisson beurre Salade du Chef	Salade verte Œuf mimosa Choux à l'orientale		Salade de betteraves Feuilleté au fromage Poivrons marinés	
	Escalope de dinde panée Filet de loup à la provençale Haricots verts sautés Pommes vapeur	Sauté de porc à la crème et champignons Dos de colin d'Alaska pané aux céréales Boulgour Poêlée champêtre		Moussaka de lentilles corail Steak haché grillé Carottes sautées Frites	
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Brownies Fromage blanc au coulis de fruits Ananas frais	Tarte aux fruits Salade d'orange Crème au chocolat		Donuts Mousse caramel speculoos Salade 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 09 au 15 Novembre 2020

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le plat Végétarien	VENDREDI
D E J U N E R	Salade verte aux croûtons Rosette et cornichons Salade de lentilles	Pamplemousse au sucre Samoussa en verdure Coleslaw			Carottes râpées Radis beurre Tartines de tapenade	Salade au chèvre Charcuterie et condiments Pois chiche au cumin
	Saucisse aveyronnaise Brandade de morue	Cuisse de poulet à la moutarde Filet de lieu au pesto	FERIE		Daube de bœuf Tajine de légumes végétarien	Pâtes à la bolognaise Pâtes au saumon
	Poêlée de butternut Purée de pommes de terre	Choux-fleurs safranés Ebly			Légumes tajine Riz créole	Julienne de légumes Tortis au beurre
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison					
	Clafoutis poire caramel Crème vanille Compote pomme cassis	Fondant au chocolat Panna cotta au caramel Salade de fruits			Donut's au sucre Oranges à la cannelle Mousse coco	Tropézienne Poire pochée Entremets pistache

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 16 au 22 Novembre 2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le plat Végétarien	VENDREDI
D E J U N E R	 Salade verte aux maïs Charcuterie et condiments Salade de pommes de terre au thon	Bruschetta du Chef Cœurs de palmiers vinaigrette Feuilleté à la viande		Céleri rémoulade Tarte aux légumes Poireaux vinaigrette	Carottes râpées Pissaladière Betteraves mimosa
	Boulettes de bœuf aux échalotes Filet de cabillaud sauce citronnée Pâtes Salsifis sautés	Rôti de porc aux olives Feuilleté du pêcheur Haricots verts persillés Purée de pommes de terre		Poulet rôti au jus Galette végétarienne Poêlée du Chef Pommes sautées	Blanquette de veau Rouille de seiche Poêlée de champignons persillés Riz pilaf
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Paris Brest Ananas à la menthe Liégeois au chocolat	Tarte aux fruits Pomme au four Flan au caramel		Gâteau Basque Crème pralinée Banane au chocolat	Brownies Fromage blanc à la mangue Crumble 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 23 au 29 Novembre 2020

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le plat Végétarien	VENDREDI
D E J U N E R		Salade composée Rillettes et son toast Salade de lentilles	Carottes râpées Salade mexicaine mousse de chèvre sur toast		Oeufs mayonnaise Crêpe au fromage Rosette et cornichons	Salade verte aux olives Cake au chorizo Houmous
		Steak haché grillé Dos de colin rôti à l'ail Gratin d'épinards Penne	Cuisse de canette à l'orange Poisson curry lait de coco Carottes persillées Boulgour		Paupiette de veau aux champignons Omelette du chef Polenta crémeuse Jardinière de légumes	Cordon bleu Filet de loup sauce hollandaise Pommes vapeur Fondue de poireaux
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages					
	Corbeille de fruits de saison					
		Beignet au chocolat Salade d'agrumes Mousse aux marrons	Tarte aux pommes Flan au citron Compote de poires		Eclair au chocolat Crème vanille Salade de fruits	Gateaux aux fruits Entremets lacté Crêpe au citron

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 30 Novembre au 06 décembre 2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le plat Végétarien	VENDREDI
D E J U N E R	Salade au poulet Bio Salade de pâtes BIO Champignons sauce mousseline	Stick de mozzarella Radis beurre Guacamole et ses chips		Carottes râpées Rosette et condiment Quiche aux poireaux	Salade de chou rouge Tielle Sétoise Macédoine mayonnaise
	Bœuf bourguignon Pépites de colin aux épinards Cotes de blettes persillées Penne au beurre	Côte de porc Tex-Mex Fish&Chips Légumes grillés Frites		Émincé de porc à la catalane Lasagnes végétarienne Rösti de légumes Pommes vapeur	Poulet au lait de coco Filet de poisson sauce dieppoise Endives braisées Riz créole
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Cookies Fromage blanc au coulis de fruits Poire au chocolat	Tarte au chocolat Mousse au caramel Orange à la fleur d'oranger		Crème caramel Brownies Compote de fruits	Donut's Flan au café Pomme au four

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 07 au 13 décembre 2020

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le plat Végétarien	VENDREDI	
D E J E U N E R		Carottes râpées Bio Salade de haricots verts Œufs mayonnaise	Quiche aux légumes Salade de cœurs de palmier Nems et menthe		Salade d'artichauts Flamekuche Mousse de foie	Salade de chou chinois Supions à l'aïoli Salade de lentilles	
		Nuggets de volaille Poisson sauce tomate Haricots verts forestiers Tortis	Rôti de porc au caramel Dos de colin au citron Riz créole Jeunes carottes		Curry de pois chiche et légumes Boulettes d'agneau Tajine de légumes Boulgour	Escalope de dinde savoyarde Gratin de fruits de mer Purée de courge Pommes vapeur	
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages						
	Corbeille de fruits de saison						
		Tiramisu Ile flottante Duo banane litchies	Brownies Crème caramel Salade de fruits frais		Panna cotta à la mangue Clafoutis aux fruits Salade d'agrumes	Tarte aux poires Liégeois au chocolat Compote de pommes	

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 14 au 20 décembre 2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI Le plat Végétarien	VENDREDI
D E J E U N E R	 Salade verte Quiche lorraine Rillettes de thon	Carottes râpées Calamars à la romaine Macédoine mayonnaise		Salade de surimi Salami et cornichons Taboulé à la menthe	Charcuterie et condiments Bouchée nîmoise Betteraves aux pommes
	Sauté de poulet aux champignons Filet de loup au chorizo	Daube de bœuf Filet de lieu à la tapenade		Omelette aux oignons Jambon braisé en persillade	Steak haché sauce poivre Moules marinières
	Ebly Petits-pois aux oignons	Riz pilaf Carottes persillées		Pommes grenailles Choux-fleurs en béchamel	Frites Poêlée de légumes
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Eclair Faiselle au sucre Ananas frais	Mousse chocolat Gaufre chantilly Entremets vanille		Tiramisu aux fruits rouges Velouté fruit Poire aux amandes	Brownies Fromage blanc au miel Gratin de fruits à la cannelle

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.

