


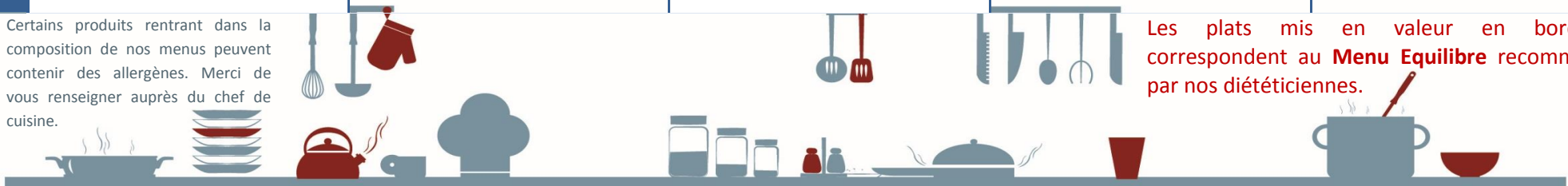
Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 06 au 10 janvier 2020

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le menu végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	 Carottes râpées Charcuterie et cornichons Pissaladière	Salade verte au surimi Œufs mayonnaise Taboulé oriental			Samoussa et menthe Salade de betteraves à la féta Salade de pois chiche	Quiche au fromage Pâté de campagne Salade fermière
	Steak haché aux oignons confits Pépites de colin aux épinards Pâtes au beurre Haricots verts à l'ail	Poulet rôti au jus Dos de cabillaud au chorizo Riz pilaf Carottes persillées			Côte de porc aux olives Tortellini aux 3 couleurs Haricots coco Poêlée de légumes	Boulettes d'agneau à la tomate Seiche en persillade Semoule aux raisins Brocolis fleurette
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages					
	Corbeille de fruits de saison					
		Galette des rois Mousse de fruits rouges Salade d'oranges	Pâtisserie du Chef Ananas frais Poire au chocolat		Royaume aux fruits Coupe aux litchis Fromage blanc aux marrons	Tarte aux pommes Flan au caramel Panna cotta aux fruits rouges



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 13 au 17 janvier 2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le menu végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	 Haricots verts en salade Feuilleté poulet curry Salade d'ebly	Salade verte Macédoine mayonnaise Salade d'endives au bleu		Carottes râpées Pizza Pâté de campagne	 Seiche sauce pimentée Quiche lorraine Poireaux mimosa
	Jambon braisé aux champignons Dos de colin au citron Tortis Poêlée du Chef	Daube de bœuf Blanquette de la mer Riz pilaf Légumes sautés		Galette végétarienne Filet de poisson à la bordelaise Boulgour Purée de légumes	Escalope de veau hachée sauce poivre Pavé de hoki à la catalane Pommes grenailles Poêlée forestière
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Eclair au chocolat Oranges à la cannelle Mousse au chocolat	Tarte au citron meringuée Pomme au four Salade de fruits frais		Beignet aux pommes Liégeois chocolat Carpaccio d'ananas	Cookies Crème caramel Clémentines



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 20 au 24 janvier 2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le menu végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	 Salade de betteraves Pâté en croute Accras de morue	Salade verte aux olives Salade de surimi Céleri rémoulade		Œufs mayonnaise Salade de pommes de terre Concombre sauce yaourt menthe	Friand au fromage  Duo de crudité Mousse de foie
	Saucisse aveyronnaise Pavé de poisson au curry Purée de pommes de terre Légumes du jour	Cordon bleu Rouille de seiche Riz créole Brocolis fleurette		Escalope de poulet aux olives Raviolis ricotta épinards Penne Printanière de légumes	Daube de bœuf Nuggets de poisson Polenta Purée de panais
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Tropézienne Salade de fruits frais Mousse au café	Pâtisserie du Chef Flan au caramel Compote de fruits		Tarte normande Poire au miel Liégeois au caramel	Crêpe au sucre Orange à la cannelle Entremets à la 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.



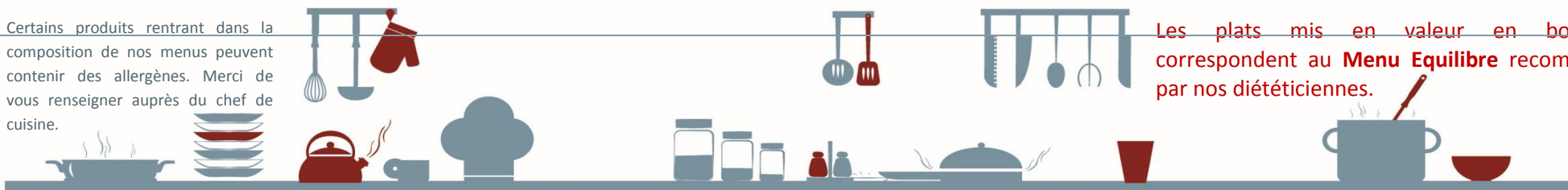
Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 27 au 31 janvier 2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le menu végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	 Chou rouge râpé aux pommes Rosette et cornichons Salade de cœurs de palmiers	Salade de crevettes ananas Salade de riz Quiche Maison		Salade verte Salade d'endives au bleu Concombre à la crème	 Carottes cuites au cumin Salade piémontaise Rillettes et cornichons
	Paupiette de veau à la catalane Filet de poisson sauce citron Pommes boulangères Fondue de poireaux	Poulet rôti frais Aile de raie à la grenobloise Pâtes au beurre Choux-fleurs persillés		Galette végétarienne Moules marinières Frites Poêlée de légumes	Nuggets de volaille Tajine de poisson Semoule Légumes aux épices
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Pâtisserie du Chef Ananas frais Pomme cannelle	Millefeuille Fromage blanc aux marrons Orange à la fleur d'oranger		Donut's Crème pralinée Riz au caramel	Muffin Fruits pochés Salade d'ananas à la noix de coco

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 – 03 au 07 février 2020

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI <i>Le menu végétarien</i>	VENDREDI
D E J E U N E R	Carottes râpées Bio Salade de quinoa Cochonnaille et condiments	Salade verte Salade composée Salade de lentilles			Taboulé à la menthe Stick de mozza Salade de champignons	Batavia aux œufs durs Céleri rémoulade Nems et menthe
	Steak haché grillé Curry de poisson Riz pilaf Haricots plats à l'ail	Escalope de poulet à la normande Gratin de poisson aux fruits de mer Ebly Epinards à la crème			Rôti de porc à la moutarde à la l'ancienne Lasagnes Végétarienne Boulgour Poêlée du Chef	Pâtes bolognaise Paupiette de saumon au beurre blanc Tortis Gratin de brocolis
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison					
	Crêpe au chocolat Mousse au citron Salade de fruits frais	Choux chantilly Gratin de fruits Fromage blanc au coulis de mangue			Tarte aux fruits Entremets au caramel Clémentines	Pâtisserie du jour Banane au chocolat Crème vanille

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.