



Le Chef vous propose Les Menus de la semaine

La Merci Littoral – du 07 au 11 janvier 2019

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J U N E R	 Salade verte Charcuterie et cornichons Quiche au fromage Salade de cœurs de palmiers	Carottes râpées Œufs mayonnaise Sardines au citron Taboulé oriental		Salade composée Salade de riz Cœurs d'artichauts en persillade Houmous	Salade verte  Tielle sétoise Saucisson à l'ail et condiments Salade composée
	Alouette de bœuf aux champignons Dos de colin pané et son citron Pâtes au beurre Haricots verts à l'ail	Cuisse de poulet sauce vigneronne Supions chorizo oignons Riz pilaf Carottes persillées		Escalope de porc à la moutarde Feuilleté de légumes au chèvre Lentilles aux oignons Poêlée de légumes	Boulettes d'agneau à l'orientale Gratin de poissons Semoule aux raisins Brocolis fleurette
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Galette des rois	Pâtisserie du Chef		Royaume aux fruits	Tarte aux 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 18 janvier 2019

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J U N E R	Carottes râpées BIO Concombre vinaigrette Friand à la viande Salade d'ebly	Salade verte Macédoine mayonnaise Salade au poulet Tomates mozza basilic		Coleslaw Samoussa et menthe Pâté de campagne Salade de chicons	Salade verte aux croûtons LOCAL Seiche à laioli Quiche lorraine Poireaux vinaigrette
	PASTA PARTY ! Sauce carbonara Sauce au saumon	Veau marengo Filet de lieu à l'orange		Lasagnes épinards ricotta Dos de poisson en croûte d'herbes	Ossobucco de dinde à la provençale Steak de thon à la coriandre
	Poêlée du Chef (pois gourmands, maïs, germes de soja)	Pommes vapeur Légumes sautés		Boullgour Purée de courgettes	Spaghettis Poêlée de champignons en persillade
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Eclair au chocolat	Tarte au citron meringuée		Beignet	Cookies

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 21 au 25 janvier 2019

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J E U N E R	Salade composée BIO Salade de betteraves Pâté en croute Crêpe au fromage	Salade verte Accras de morue Salade de surimi Céleri rémoulade		Carottes râpées Œufs mayonnaise Salade de pommes de terre Concombre sauce yaourt menthe	Salade composée LOCAL Tarte aux oignons doux des Cévennes Mousse de foie
	Saucisse aveyronnaise Pavé de poisson au curry Purée de pommes de terre Légumes du jour	Nuggets de volaille Rouille de seiche Riz créole Brocolis fleurette		Boulettes de bœuf au jus Quenelles natures aux champignons Penne Printanière de légumes	Emincé de poulet aux olives Filet de poisson meunière Polenta Purée de carottes à l'orange et au cumin
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Tropézienne	Pâtisserie du Chef		Tarte normande	Crêpe au sucre
D Î N E R	Crudité du Jour				
	Gratin de poisson Epinards	Boulettes d'agneau à la tomate Légumes couscous		Cordon bleu Pâtes	
Corbeille de fruits de saison					

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 28 janvier au 1^{er} février 2019

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		<i>L'entrée BIO</i>	<i>L'entrée de Monde</i>		<i>Le plat Végétarienne</i>	<i>C'est régional !</i>
D E J U N E R	Carottes râpées	BIO Chou rouge râpé aux pommes	Salade verte		Salade composée	LOCAL Carottes cuites au cumin
	Rosette et cornichons	Paupiette de veau à la catalane	Salade de crevettes ananas		Rillettes de poisson	Salade piémontaise
	Salade de cœurs de palmiers	Filet de poisson aux moules	Salade d'endives au bleu		Jambon à la russe	Salade de pâtes au pesto
		Pommes boulangères	Rôti de porc aux oignons		Salade composée	Rillettes et cornichons
	Fondue de poireaux	Aile de raie à la grenobloise		Cordon bleu	Sauté de canard aux miel	
		Pâtes au beurre		Chili sin carne	Filet de poisson au citron vert	
		Choux-fleurs persillés		Riz créole	Semoule	
				Poêlée de haricots verts	Gratin de légumes	
Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages						
Corbeille de fruits de saison						
	Pâtisserie du Chef	Millefeuilles			Donut's	Muffin



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 – 04 au 08 février 2019

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J E U N E R	Salade composée  Poireaux vinaigrette Feuilleté au fromage Tapenade et toast	Carottes râpées Pizza Salade bretonne cochonaille et condiments		Salade du Chef Taboulé à la menthe Crêpe au fromage Salade de champignons	Salade exotique  Batavia en vinaigrette Maquereaux au vin blanc Friand à la saucisse
	Steak haché grillé poisson à l'orientale	Escalope viennoise Gratin de poisson aux fruits de mer		Tartiflette Lasagnes Végétarienne	Pâtes bolognaise Paupiette de saumon au beurre blanc
	Pommes vapeur Haricots plats à l'ail	Ebly Epinards à la crème		Riz pilaf Poêlée du Chef	Pâtes Gratin de brocolis
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Crêpe au chocolat	Choux chantilly		Tarte aux fruits	Pâtisserie du jour

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 – 11 au 15 février 2019

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J E U N E R	Salade verte aux tomates Bio Chou blanc râpé Pâté de campagne Pizza	Salade hawaï Nems et menthe Houmous Pamplemousse au sucre		Carottes râpées Salade de blé Terrine de campagne Endives aux noix	Salade composée LOCAL Feuilleté au chèvre Œufs mayonnaise Salade composée
	Rôti de porc au miel et aux épices Saumonette sauce citron	Couscous garni Filet de poisson sauce thaï		Poulet rôti au jus Flan de légumes	Bœuf bourguignon Dos de colin à l'aïoli
	Boullgour à la tomate Gratin de choux-fleurs	Semoule Légumes couscous		Pâtes au beurre Poêlée de haricots beurre et champignons	Pommes grenailles Carottes persillées
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages Corbeille de fruits de saison				
	Fondant au chocolat	Tarte au flan		Pâtisserie du jour	Tropézienne

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 – 18 au 22 février 2019

	LUNDI <i>L'entrée BIO</i>	MARDI <i>L'entrée de Monde</i>	MERCREDI	JEUDI <i>Le plat Végétarienne</i>	VENDREDI <i>C'est régional !</i>
D E J E U N E R	BIO Carottes râpées Salade d'endives au jambon Salade de pommes de terre Cochonnaille et condiments	Salade de crudités Samossa en verdure Cœurs de palmiers en salade Guacamole et chips		Salade au maïs Quiche du Chef Tartinade poulet curry Salade de haricots verts	Crudités mixtes LOCAL Entrée du Chef Salade de blé aux olives Salade de surimi
	Steak haché de veau au poivre Brandade de morue Purée de pommes de terre Poêlée méridionale	Blanquette de veau Calamars à la romaine sauce tartare Riz créole Gratin d'épinards		Tartiflette aux carottes sans viande Filet de poisson sauce du Chef Pommes vapeur Duo de légumes	Cervelas obernois Filet de lieu au citron Pâtes au beurre Petits pois aux oignons
	Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages				
	Corbeille de fruits de saison				
	Eclair au chocolat	Beignet aux pommes		Gâteau du jour	Crêpe aux marrons

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.