

Menus de JANVIER 2021

Longvic : self Carraz



<p>Lundi 4</p> <p>Pâté de volaille ou galantine aux olives</p> <p>Filet de poulet sauce Marengo </p> <p>Petits pois</p> <p>ou ratatouille</p> <p>Fromage au choix</p> <p>Fruit de saison au choix</p>	<p>Mardi 5</p> <p>Chou rouge ou céleri rémoulade</p> <p>Rosbif au jus</p> <p>Quinoa aux petits légumes</p> <p>ou pommes lamelles</p> <p>Fromage au choix</p> <p>Compote ou cocktail de fruits</p>	<p>Mercredi 6</p>	<p>Jeudi 7</p> <p>Salade de blé gourmande ou salade de cocos rouges</p> <p>Boulettes tomate basilic</p> <p>Jardinière de légumes ou julienne de légumes</p> <p>Fromage au choix</p> <p>Fruit de saison au choix </p> <p>MENU VEGETARIEN</p>	<p>Vendredi 8</p> <p>Endives & noix ou betteraves rouges & raisins</p> <p>Poisson meunière</p> <p>Haricots beurre</p> <p>ou carottes primeurs</p> <p>Laitage au choix</p> <p>Galette des Rois </p>
<p>Lundi 11</p> <p>Potage </p> <p>ou terrine Marché de Provence</p> <p>Paleron de bœuf à l'orange </p> <p>Pâtes </p> <p>ou cocos blancs à la tomate</p> <p>Cancoillotte </p> <p>Poire au cassis </p> <p>MENU LABEL</p>	<p>Mardi 12</p> <p>Salade Ariégeoise ou salade de riz</p> <p>Emincé végétal façon Thaï </p> <p>Laitage au choix </p> <p>Fruit de saison au choix</p> <p>MENU VEGETARIEN</p>	<p>Mercredi 13</p>	<p>Jeudi 14</p> <p>Taboulé ou crêpe au fromage</p> <p>Cœur de Colin sauce poulet</p> <p>Haricots verts</p> <p>ou choux-fleurs</p> <p>Fromage au choix</p> <p>Compote de fruits ou fruit sirop</p>	<p>Vendredi 15</p> <p>Betteraves rouges ou chou blanc</p> <p>Charcuterie (Porc ou volaille)</p> <p>Pommes de terre vapeur</p> <p>Fromage à raclette</p> <p>Fruit de saison au choix </p> <p>RACLETTE</p>
<p>Lundi 18</p> <p>Salade Napoli ou panier à l'emmental</p> <p>Sauté de dinde Morvandelle </p> <p>Carottes primeurs ou petits pois</p> <p>Fromage au choix</p> <p>Fruit de saison au choix</p>	<p>Mardi 19</p> <p>Salade de chou blanc ou endives en salade</p> <p>Steak haché sauce paprika</p> <p>Semoule</p> <p>ou purée de pommes de terre</p> <p>Laitage au choix</p> <p>Pâtisserie au choix</p>	<p>Mercredi 20</p>	<p>Jeudi 21</p> <p>Cœufs durs mayonnaise ou salade verte</p> <p>Lasagnes aux légumes </p> <p>Fromage au choix</p> <p>Fruit de saison au choix</p> <p>MENU VEGETARIEN</p>	<p>Vendredi 22</p> <p>Salade boulgour, feta & menthe</p> <p>ou pâté de volaille</p> <p>Filet de Merlu sauce Nantua</p> <p>Petits pois</p> <p>ou brunoise de légumes</p> <p>Fromage au choix</p> <p>Fruit de saison au choix</p>
<p>Lundi 25</p> <p>Salade Auvergnate ou taboulé</p> <p>Gratin de quenelles & poêlée de légumes </p> <p>Fromage au choix </p> <p>Fruit de saison au choix</p> <p>MENU VEGETARIEN</p>	<p>Mardi 26</p> <p>Terrine Marché de Provence ou roulé de surimi</p> <p>Boulettes d'agneau au jus</p> <p>Pommes boulangères ou purée de pommes de terre</p> <p>Fromage au choix</p> <p>Pomme au caramel ou fruit sirop</p>	<p>Mercredi 27</p>	<p>Jeudi 28</p> <p>Macédoine de légumes ou céleri vinaigrette</p> <p>Filet de colin sauce citron</p> <p>Riz</p> <p>ou coquillettes</p> <p>Fromage au choix</p> <p>Compote ou cocktail de fruits</p>	<p>Vendredi 29</p> <p>Salade Coleslaw ou demi-pomelos</p> <p>Pavé fromager (dinde)</p> <p>Haricots plats</p> <p>ou poêlée de légumes</p> <p>Laitage au choix</p> <p>Crêpe chocolat noisette </p> <p>CHANDELEUR</p>

PAIN BIO tous les jours

Toutes les crudités sont fraîches.
Toutes les viandes sont issues d'animaux nés, élevés et abattus en France.
Les poissons sont issus de la pêche responsable.

DESIE
1, rue Antoine Bequerel
21300 CHENOVE
T. 03 80 52 13 45
desie@groupeides.fr



Composition des sauces

Salade Auvergnate: lentilles, maïs
Salade Ariégeoise: pommes de terre, cocos rouges, moutarde en grains
Salade Jurassienne : Salade verte, fromage râpé
Salade Coleslaw: chou blanc, carottes
Salade de blé gourmande: blé, avocat, maïs
Salade Napoli: pâtes tricolores

Sauce Marengo: tomates, oignons, jus de viande
Sauce Poulette: champignons, crème, persillade, oignons
Sauce Morvandelle: échalote, champignons
Sauce Nantua: tomate, bisque écrémée
Sauce Mornay: béchamel, emmental

Boulettes tomates basilic: protéines de soja, tomate, basilic
Jardinière de légumes: pois, haricots verts, carottes, navets
Emincé végétal : à base de blé et pois chiche
Façon Thaï: carottes rouges, courgette, carottes jaunes, pousses de haricots mungo, champignons noirs émincés, fèves de soja
Sauce Thaï: oignon, lait de coco, épices
Lasagnes aux légumes: aubergines, courgettes, tomates, oignons, emmental, poivrons rouges et verts, basilic, poivre noir, muscade
Terrine Marché de Provence: surimi, courgettes, épinards, tomates, carottes, poivrons rouges, céleri

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Viande Bovine Française
- Indication Géographique ou Appellation d'Origine Protégée
- Produits locaux (Bourgogne-Franche-Comté)
- Certification Bleu Blanc Cœur
- Label Rouge
- Produit issu du commerce équitable
- Repas végétarien loi EGAlim (repas sans viande, sans poisson)
- Produits de saison