



Menus SENIORS - PORTAGE -  
Semaine du 04 Janvier au 10 Janvier 2021



|                 |                | DEJEUNER A  | DINER  |
|-----------------|----------------|---|--|
| <u>LUNDI</u>    | <u>04-janv</u> |  Crêpe aux champignons<br>Omelette aux fines herbes<br>Haricots verts au beurre<br>Mimolette<br>Flan nappé caramel   |  Potage aux carottes brique<br><br>Saint paulin<br>Compote pomme banane     |
| <u>MARDI</u>    | <u>05-janv</u> |  Lentilles vinaigrette<br>Sauté de porc aux 2 moutardes<br>Riz pilaf BIO<br>Emmental<br>Compote pommes  | Potage légumes brique<br><br>Fraidou<br>Crème dessert vanille<br>Potage petits pois pommes de terre velouté  |
| <u>MECREDI</u>  | <u>06-janv</u> | Salade verte<br>Choucroute garnie<br><br>Tomme blanche à la coupe<br>Mousse au chocolat noire   | Yaourt aromatisé<br>Poire  |
| <u>JEUDI</u>    | <u>07-janv</u> | Potage minestrone<br>Escalope viennoise<br>Carottes persillées<br>Camembert<br>Eclair chocolat  |  Potage minestrone<br>Petit moulé aux noix<br>Liégeois café                 |
| <u>VENDREDI</u> | <u>08-janv</u> | Potage artichaut<br>Œufs brouillés<br>Epinards béchamel<br>Cotentin<br>Clémentine   | Potage artichaut pommes de terre velouté<br><br>Buchette mi-chèvre<br>Crème dessert caramel  |
| <u>SAMEDI</u>   | <u>09-janv</u> |  Salade de pommes de terre vinaigrette échalote<br>Burger de veau au jus<br>Petits pois BIO aux oignons<br>Edam<br>Liégeois vanille  | Potage aux flageolets<br><br>Coulommiers<br>Gaufre chocolat               |
| <u>DIMANCHE</u> | <u>10-janv</u> | Poireaux vinaigrette<br>Lasagnes bolognaise<br><br>Gouda<br>Paris brest    |  Potage endive et pommes de terre velouté<br><br>Yaourt aromatisé<br>Kiwi |

Menus SENIORS - PORTAGE -

Semaine du 11 au 17 Janvier 2021



|                 |         | DEJEUNER  | DINER  |
|-----------------|---------|---|--|
| <u>LUNDI</u>    | 11-janv | Crèmeux de betteraves<br>Saucisse fumée<br>Lentilles vertes cuisinées<br>Fraidou<br>Madeleine    | <u>Potage aux choux fleur</u> <br>Fromage frais nature et sucre<br>Poire Vergers Sennevières (locale)   |
| <u>MARDI</u>    | 12-janv | Potage de légumes moulinés<br>Pavé de merlu à la normande<br>Emincés de poireaux béchamel<br>Camembert portion<br>Flan nappé caramel  |  <u>Potage de légumes mouliné</u> <br>Fromage blanc nature et sucre<br>Abricots au sirop |
| <u>MERCREDI</u> | 13-janv | Douceur aux champignons<br>Pavé de colin thym citron<br>Riz pilaf BIO <br>Emmental<br>Purée de pommes des Vergers romarin   | Fromy<br>Clémentine   |
| <u>JEUDI</u>    | 14-janv | Potage potiron<br>Gigot d'agneau au jus<br>Haricots verts BIO <br>Fromage frais ail et fines herbes<br>Galette des rois    |  <u>Potage aux potiron velouté</u> <br>Tomme noire<br>Banane                             |
| <u>VENDREDI</u> | 15-janv |  <u>Salade de pâtes BIO à la parisienne</u> <br>Paupiette de saumon à l'aneth<br>Carottes et champignons<br>Mimolette<br>Pomme Sennevières (pommes local)  | <u>Potage haricots verts pommes de terre mouliné</u> <br>Yaourt nature et sucre<br>Compote pomme ananas   |
| <u>SAMEDI</u>   | 16-janv | Céleri rémoulade<br>Poulet rôti<br>Pommes de terre rissolées<br>Edam<br>Purée pomme cannelle Maison    |  <u>Potage lentilles velouté</u> <br>Coulommiers à la coupe<br>Liégeois chocolat     |
| <u>DIMANCHE</u> | 17-janv | Potage PDT oignons<br>Sauté de bœuf chasseur<br>Pâtes coudes BIO <br>Yaourt nature et sucre<br>Clafoutis aux poires   | <u>Potage pommes de terre oignons crème velouté</u><br>Brie<br>Kiwi  |



Menus SENIORS - PORTAGE -  
Semaine du 18 au 24 Janvier 2021



|                 |         | DEJEUNER A  | DINER  |
|-----------------|---------|---|--|
| <u>LUNDI</u>    | 18-janv | Salade de riz Parisienne<br>Emincé de dinde marengo<br>Petits pois<br>Fraidou<br>Mousse café  | <u>Potage carottes, navets, poireaux mouliné</u><br><br>Camembert<br>Crème dessert caramel      |
| <u>MARDI</u>    | 19-janv | Haricots verts aux échalottes<br>Sauté de bœuf à la tomate<br>Coquillettes<br>Fromage blanc nature et sucre<br>Purée pomme et poire Vergers | <u>Potage morceaux</u><br><br>Carré de l'Est à la coupe<br>Pomme au four (verger Sennevière)    |
| <u>MERCREDI</u> | 20-janv | Saucisson à l'ail et cornichon<br>Chou farci et riz à la tomate<br>Emmental<br>Mousse au chocolat noir                                      | <u>Potage haricots blancs toamte velouté</u><br>Pavé 1/2 sel<br>Kiwi   |
| <u>JEUDI</u>    | 21-janv | <u>Potage poireaux</u><br>Boudin noir<br>Purée de pommes de terre<br>Tomme blanche à la coupe<br>Far aux pruneaux maison                    | <u>Potage poireaux velouté</u><br>Yaourt aromatisé<br>Flan nappé caramel   |
| <u>VENDREDI</u> | 22-janv | Taboulé<br>Filet de lieu noir sauce waterzoï<br>Carottes persillées BIO<br>Camembert portion<br>Crème dessert vanille                       | <u>Potage petits pois velouté</u><br><br>Gouda<br>Orange                                      |
| <u>SAMEDI</u>   | 23-janv | Salade piémontaise<br>Viennoise de dinde<br>Légumes d'hivers<br>Rondelé nature<br>Poire Vergers Sennevières (locale)                        | <u>Potage céleri vélouté</u><br><br>Fromage Blanc nature et sucre<br>Crème dessert caramel    |
| <u>DIMANCHE</u> | 24-janv | Salade de pois chiche au cumin<br>Pintade aux pruneaux<br>Emincés de choux verts<br>Petit moulé aux noix<br>Tarte au citron                 | <u>Potage navets pommes de terre velouté</u><br><br>Brie à la coupe<br>Crème dessert chocolat |



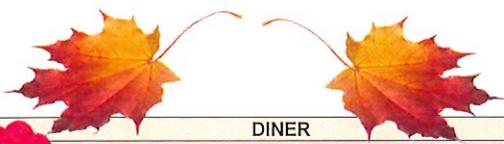
Menus SENIORS - PORTAGE -  
Semaine du 25 au 31 Janvier 2021



|                 |         | DEJEUNER A   | DINER  |
|-----------------|---------|--|--|
| <u>LUNDI</u>    | 25-janv | Salade de blé à l'orientale<br>Escalope de porc 4 épices<br>Carottes et navets<br>Coulommiers à coupe<br>Clémentine  | <u>Potage lentilles velouté</u><br><br>Tomme blanche à coupe<br>Liégeois café                         |
| <u>MARDI</u>    | 26-janv |  Chou rouge BIO râpé vinaigrette<br>Sauté de bœuf forestière<br>Purée de pommes de terre<br>Pavé 1/2 sel<br>Purée pommes des Vergers  | <br><u>Potage potiron velouté</u><br>Fromage blanc nature et sucre<br>Pomme Sennevières (pomme local) |
| <u>MERCREDI</u> | 27-janv | Rillettes à la sardine<br>Boulettes d'agneau tagine<br> Semoule BIO<br>Tomme noire<br>Eclair café  | <u>Potage cœur de laitue velouté</u><br><br>Brie<br>Moelleux caramel beurre salé                      |
| <u>JEUDI</u>    | 28-janv | Betteraves vinaigrette<br>Tartiflette<br>Yaourt nature et sucre<br>Ananas sirop   | <u>Potage chou fleur velouté</u><br>Edam à la coupe<br>Crème dessert chocolat<br>Potgae flageolets velouté   |
| <u>VENDREDI</u> | 29-janv | Potage flageolets<br>Filet de lieu noir paëlla<br>Riz Paëlla<br>Petit moulé ail et fines herbes<br>Purée de pomme des Vergers pruneaux   | <br>Yaourt aromatisé<br>Mousse café   |
| <u>SAMEDI</u>   | 30-janv | Salade de mâche et betteraves<br>Omelette fines herbes<br>Riz à la tomate<br>Fondu Président<br>Flan nappé caramel   | <u>Potage artichaut pommes de terre velouté</u><br>Saint Paulin<br>Coupelle de compote pommes banane   |
| <u>DIMANCHE</u> | 31-janv | Saucisson sec<br>Pavé de colin au thym<br> Pomme de terre et épinards béchamel<br>Gouda<br>Cake moelleux (épeautre fruits secs miel canelle)  | <br><u>Potage aux pois cassé</u><br>Emmental<br>Crème dessert caramel                               |

Menus SENIORS - PORTAGE - TRAMME BIO

Semaine du 01 au 07 Février 2021



|          |         | DEJEUNER A  | DINER  |
|----------|---------|---|--|
| LUNDI    | 01-févr | <p>Chou rouge en salade<br/>Risotto volaille champignons</p> <p> Yaourt nature BIO et sucre<br/>Purée de pommes Verger 4 épices</p>            | <p> <u>Potage navets pommes de terre velouté</u></p> <p>Tomme noire<br/>Crème dessert chocolat</p>    |
| MARDI    | 02-févr | <p>Mâche et betteraves<br/>Couscous merguez</p> <p>Mimolette<br/>Flan nappé caramel</p>   | <p><u>Potage de légumes mouliné</u></p> <p>Fromage blanc nature et sucre<br/>Compote pomme banane</p>  |
| MERCREDI | 03-févr | <p>Macédoine mayonnaise<br/>Emincé de poulet à la dijonnaise<br/>Chou vert<br/>Tomme blanche à la coupe<br/>Calfoutis aux raisins de corinthe</p>   | <p><u>Potage endive pommes de terre velouté</u></p> <p>Fondu Président<br/>Liégeois café</p>          |
| JEUDI    | 04-févr | <p>Potage PDT crème oignons<br/>Cassoulet</p> <p>Saint Paulin<br/>Mousse chocolat noir</p>   | <p><u>Potage pommes de terre crème oignons velouté</u></p> <p>Yaourt nature et sucre<br/>Banane</p>  |
| VENREDI  | 05-févr | <p> Haricots verts échalote (fins)<br/>Burger de veau marengo<br/>Riz créole BIO<br/>Bûchette mi-chèvre à la coupe<br/>tapioca à l'orange</p> | <p> <u>Potage potiron velouté</u></p> <p>Bleu<br/>Crème dessert caramel</p>                         |
| SAMEDI   | 06-févr | <p>Potage minestrone<br/>Viennoise de dinde<br/>Poireaux béchamel<br/>Emmental<br/>Mousse café</p>   | <p><u>Potage minestrone</u></p> <p>Fromy<br/>Clémentine</p>   |
| DIMANCHE | 07-févr | <p> Salami et cornichon<br/>Boulettes d'agneau sauce tajine<br/>Légumes couscous BIO<br/>Brebis crème<br/>Tarte normande</p>                 | <p> <u>Potage carottes choux de bruxelles velouté</u></p> <p>Carré de l'est à la coupe<br/>Kiwi</p> |



Menus SENIORS - PORTAGE -  
Semaine du 08 au 14 Février 2021



|                 |         | DEJEUNER A  | DINER  |
|-----------------|---------|---|--|
| <u>LUNDI</u>    | 08-févr | <p>Salade de lentilles<br/>Blanquette de veau<br/>Carottes vichy<br/>Mimolette<br/>Purée pomme des Vergers romarin</p>                                      | <p><u>Potage cœur de laitue velouté</u></p>  <p>Gouda<br/>Crème dessert chocolat</p>  |
| <u>MARDI</u>    | 09-févr | <p>Crêpe au fromage<br/>Pavé de merlu au beurre blanc<br/>Haricots verts BIO<br/>Fromage blanc nature et sucre<br/>Poire Vergers Sennevières (locale)</p>   | <p><u>Potage carottes velouté</u></p>  <p>Bûchette mi-chèvre à la coupe<br/>Pomme du Verger au four à la canelle</p>  |
| <u>MERCREDI</u> | 10-févr | <p>Chou blanc râpé aux raisins<br/>Rôti de bœuf et jus<br/>Purée de pommes de terre<br/>Rondelé au poivre<br/>Pomme Vergers Sennevières (locale)</p>   | <p><u>Potage carottes, navets, poireaux mouliné</u></p>  <p>Yaourt nature et sucre<br/>Ananas au sirop</p>  |
| <u>JEUDI</u>    | 11-févr | <p>Potage légumes<br/>Carré de porc fumé aux olives<br/>Blettes à l'ail<br/>Edam<br/>Beignet aux pommes</p>   | <p><u>Potage morceaux</u></p> <p>St paulin<br/>Flan nappé caramel</p>  |
| <u>VENDREDI</u> | 12-févr | <p>Haricots rouges vinaigrette à l'échalote<br/>Paupiette de saumon dieppoise<br/>Flan d'épinards<br/>Yaourt nature et sucre<br/>Kiwi</p>    | <p><u>Potage chou fleur velouté</u></p>  <p>Brie à la coupe<br/>Crème dessert vanille</p>  |
| <u>SAMEDI</u>   | 13-févr | <p>Salade de riz à la catalane<br/>Quenelle de brochet sauce nantua<br/>Poêlée de légumes<br/>Faisselle nature et sucre<br/>Purée de pommes des Vergers</p>    | <p><u>Potage haricots verts pommes de terre mouliné</u></p>   <p>Pavé 1/2 sel<br/>Pomme Vergers Sennevières (locale)</p> |
| <u>DIMANCHE</u> | 14-févr | <p>Potage légumes<br/>Alouette de bœuf au jus<br/>Coquillettes BIO<br/>Coulommiers<br/>Clafoutis à l'ananas</p>                                         | <p><u>Potage légumes couscous mouliné</u></p>  <p>Carré de l'Est à la coupe<br/>Liégeois vanille</p>  |

Février



Menus SENIORS - PORTAGE -  
Semaine du 15 au 21 Février 2021



|                 |         | DEJEUNER A  | DINER  |
|-----------------|---------|---|--|
| <u>LUNDI</u>    | 15-févr | Potage lentilles<br>Emincé de volaille aux pruneaux<br>Purée de pommes de terre<br>Edam<br>Mousse au chocolat noir  | <u>Potage lentilles velouté</u><br><br>Petit moulé aux fines herbes<br>Mousse au café                     |
| <u>MARDI</u>    | 16-févr | <br>Crêpe aux champignons<br>Boulettes d'agneau et ses légumes<br>Coulommiers<br>Crème dessert vanille               | <u>Potage flageolets velouté</u><br><br>Emmental<br>Orange  |
| <u>MERCREDI</u> | 17-févr | Carottes râpés méridionale<br>Langue de bœuf sauce piquante<br>Pommes de terre vapeurs<br>Tomme blanche à la coupe<br>Liégeois chocolat   | <u>Potage de légumes mouliné</u><br><br>Camembert<br>Madeleine  |
| <u>JEUDI</u>    | 18-févr | Céleri rémoulade<br>Roti de bœuf dijonnaise<br>Poêlée de légumes BIO<br>Fromage frais au sel de Guerande<br>Verrine tapioca fleur d'oranger   | <u>Potage pommes de terre oignons crème velouté</u><br><br>Tomme noire<br>Liégeois café                   |
|                 |         | <b>Petite histoire de recettes</b>  |  |
| <u>VENDREDI</u> | 19-févr | <br>Soupe vichyssoise aux petits pois<br>Filet de cabillaud bouillabaisse<br>Riz pilaf<br>Camembert<br>Paris Brest | <u>Potage pommes de terre poireaux brique</u><br><br>Saint Paulin<br>Poire Vergers Sennevières (locale) |
| <u>SAMEDI</u>   | 20-févr | Betteraves en salade<br>Escalope de poulet au curry<br>Lentilles cuisinés BIO<br>Yaourt nature et sucre<br>liegeois vanille   | <u>Potage céleri velouté</u><br><br>Bûchette mi chèvre à la coupe<br>Clémentine                         |
| <u>DIMANCHE</u> | 21-févr | Macédoine mayonnaise<br>Saumonette sauce crème citron<br>Purée d'épinards<br>Fromage blanc nature BIO et sucre<br>Cake moelleux épeautre marrons  | <u>Potage haricots blancs tomate velouté</u><br>Fromage fondu Président<br>Crème dessert caramel   |



Menus SENIORS - PORTAGE - TRAMME BIO

Semaine du 22 au 28 Février 2021



|          |         | DEJEUNER A  | DINER  |
|----------|---------|---|--|
| LUNDI    | 22-févr |  <p>Crêpe au fromage<br/>Sauté de dinde sauce chasseur<br/>Choux fleur persillés<br/>Yaourt nature et sucre<br/>Crème dessert vanille</p>  | <p>Potage petits pois pommes de terre velouté</p>  <p>Brie<br/>Coupelle compote de pomme</p>            |
| MARDI    | 23-févr |  <p>Poireaux vinaigrette<br/>Pavé de merlu provençale<br/>Riz créole BIO<br/>Mimolette<br/>Liegeois chocolat</p>   |  <p>Potage haricots verts mouliné<br/>Petit moulé fines herbes<br/>Orange</p>                           |
| MERCREDI | 24-févr |  <p>Potage de légumes<br/>Sauté de poulet marengo<br/>Haricots verts BIO<br/>Yaourt nature et sucre<br/>purée de pomme vergers</p>   |  <p>Potage chou fleur velouté<br/>Bleu<br/>Flan nappé caramel</p>                                       |
| JEUDI    | 25-févr |  <p>Maquereau à la moutarde<br/>Poulet rôti au jus<br/>Coquillettes BIO<br/>Fromage blanc nature et sucre<br/>Banane</p>  | <p>Potage endive pommes de terre velouté</p>  <p>Fromage fondu Président<br/>Semoule au lait</p>        |
| VENDREDI | 26-févr |  <p>Salade de lentilles<br/>Rôti de veau forestière<br/>Carottes BIO à l'ail<br/>Fraidou<br/>Purée pomme Vergers orange</p>  | <p>Potage minestrone</p> <p>Fromage frais nature et sucre<br/>Crème dessert caramel</p>  |
| SAMEDI   | 27-févr |  <p>Céleri rémoulade<br/>Couscous merguez<br/>Yaourt nature BIO et sucre<br/>Coupelle de fruits en dès</p>   |  <p>Potage artichaut pommes de terre velouté<br/>Coulommiers à la coupe<br/>Kiwi</p>                  |
| DIMANCHE | 28-févr |  <p>Mâche et betteraves vinaigrette<br/>Pintade rôti sauce pain d'épices<br/>Riz créole BIO<br/>Fromage blanc nature et sucre<br/>Moelleux au chocolat frais</p>   |  <p>Potage navets pommes de terre velouté<br/>Saint Paulin<br/>Pomme Vergers Sennevières (locale)</p> |