



# LES MENUS Du SELF

## Lundi 04 Février

### **Entrées**

Salade Multi feuilles de Région  
Surimi mayonnaise  
Poireaux Maïs vinaigrette  
Salade Montbéliarde

### **Plats**

Boudin noir aux pommes  
Filet de colin à la crème d'anchois  
Escalope de dinde à l'indienne Grill  
Pennes au beurre + râpé  
Purée de carotte à la crème

### **Fromages/Desserts**

Chèvre buche  
Rondelé aux noix  
Liégeois chocolat Nova  
Fruit de saison

## Jeudi 7 Février

### **Entrées**

Laitue de Région  
Duo de carottes et navet râpée  
Céleri à la Grenobloise  
Salade de pois chichi aux poulpes

### **Plats**

Choucroute garnie  
Pavé de Hoki à la fondu de tomate  
Cheeseburger  
Pomme de terre frite fraîche  
Chou romanesco

### **Fromages/desserts**

Bleu  
Saint Nectaire AOP  
Yaourt nature sucré Danone  
Fruit de saison

## Mardi 5 Février

### **Entrées**

Iceberg de Région  
Salade de vermicelles Asiatique  
Salade de poulet Shanghai  
Nems au poulet

### **Plats**

Émincé de porc au caramel  
Wok de bœuf aux parfums Thai  
Pavé de merlu Shangai  
Riz Cantonnais  
Poêlée chinoise

### **Fromages/Desserts**

Gouda  
Carré fondu  
Beignet frit à la pomme  
Salade de fruits Thai

## Mercredi 6 Février

### **Entrées**

Batavia de Région  
Concombre Bio en salade  
Tomate farcie au thon  
Salade de cervelas à la moutarde à  
l'ancienne

### **Plats**

Tajine de mouton à la coriandre  
Rôti d'échine de porc aux herbes  
Pané de blé épinard emmental  
Mélange Kasha aux 3 céréales  
Courgettes de Région persillées

### **Fromages/desserts**

Vieux pané  
Fripons  
Yaourt aromatisé Danone  
Fruit de saison

## Vendredi 8 Février

### **Entrées**

Iceberg de Région  
Barigoule d'artichauts maison  
Salade de riz Sétoise  
Crêpes emmental

### **Plats**

Filet de lieu sauce Copacabana  
Sauce carbonara  
Omelette à l'Espagnole  
Spaghettis au beurre + râpé  
Haricot vert au beurre blanc

### **Fromages/desserts**

Brie  
Petit Loubes fermier  
Crêpe + sauce chocolat noisette  
Fruit de saison



# LES MENUS Du SOIR

## Lundi 4 Février

### *Entrées*

Œuf dur farci au thon

### *Plats*

Fricadelle de bœuf sauce napolitaine  
Polenta aux petits légumes + râpé

### *Fromages/Desserts*

Chèvre buche  
Kiri  
Fruit de saison  
Beignet chocolat

## Mercredi 6 Février

### *Entrées*

Salade Tourangelle

### *Plats*

Filet de lieu à l'oseille  
Riz aux légumes

### *Fromages/desserts*

Vieux Pané  
Croix de Malte  
Liégeois vanille nappé caramel  
Salade de fruit Acapulco

## Mardi 5 Février

### *Entrées*

Taboulé à l'Oriental

### *Plats*

Omelette aux fines herbes  
Pennes aux légumes de saison

### *Fromages/Desserts*

Gouda  
Croix de Malte  
Yaourt velouté fruit Danode  
Cocktail de fruits

## Jeudi 7 Février

### *Entrées*

Potage de légumes

### *Plats*

Potage de légumes  
Filet de poulet sauce bleu  
Semoule aux petits légumes

### *Fromages/desserts*

Bleu  
Rondelé bleu brebis  
Maxi cookie nature  
Fruit de saison