

Menu de la semaine du 3 au 7 juin 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	VALEUR ENERGETIQUE
Potage	Gaspacho	Velouté de céleri 9	Consommé chinois 6	Soupe froide petits pois ricotta 7	Crème de champignons 7	Pour 200mL de potage : - de légumes 75kcal - de légumineuse ou de pomme - de terre 150kcal si ajout de crème : + 15kcal
Entrée	Salad'bar avec salades composées et crudités dont 1 bio (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12)					
Plat froid	2 assiettes froides par jour					
Plat du jour	Kebab frite 1,3,7,10	Ragout de bœuf au poivre 1,6,7,9	Porc au caramel 1,6,7,9	Emincé de dinde sauce crème 1,6,7,9	Croustade de poisson 1,4,7,9	*Pour 120g de plat protidique : - volaille 150kcal - poisson 120kcal - bœuf ou porc 170kcal - sauce 15kcal
Show cooking	Tarte Tarte tomate jambon 1,3,7	Cuisine du monde Cabillaud à la vanille 1,4,7	Pasta Nouilles sautés au poulet et pak choï 1,6,7,9	Grillade Côte de porc sauce barbecue 9	Cocotte Moussaka 7	*Pour les plats complets - Pasta, plat complet 200g : 250kcal - Tarte : 270kcal
Plat végétarien	Oeuf florentine 1,3,7	Poivron farci 1,7	Loempia végétarien 1,3,7,9,10	Galette pomme de terre courgette 1,3,7	Gougère garnie 1,3,7	Pour 120g de plat végétarien : - œuf : 200kcal - légumes et féculents 220kcal - Friture : 270kcal
Buffet féculents et légumes	Pommes de terre twist Boulgour 1 Courgettes poêlées Chou fleur	Macaronis 1 Riz aux herbes Betteraves cuites Julienne de légumes 9	Nouille 1 Riz canonais 3 Tomate provençale 1,7 Soja 6	Semoule 1 Pommes de terre grenailles Haricots verts Rettich	Pommes de terre boulangères Riz Fenouil rôti Epinard	Pour 170g de féculent : 200kcal Pour 100g de légume : 50kcal
Desserts	Fruit'bar de fruits coupés de saison ou compote du jour - Produits laitiers dont 1 bio (1, 3, 6, 7)					
	Gaufre chocolat (1,3,6,7) et/ou Jalousie aux pommes (1,3,7)					
	Blanc manger fraises 7	Mousse chocolat 3,6,7	Perles du japon 6,7,12	Pêche melba 1,3,6,7	Crème citron 6,7	Pour 150g de fruit : 75kcal Pour 80g de pâtisserie : 250kcal Pour 120g de dessert : 150kcal

1=gluten, 2=crustacés, 3=œuf, 4=poisson, 5=arachide, 6=soja, 7=lait, 8=fruits à coques, 9=céleri, 10=moutarde, 11=sésame, 12=sulfites, 13=lupin, 14=mollusques
L'information sur la présence d'allergènes tient compte des données récoltées pour chacun des ingrédients intégrés dans nos recettes. Malgré tout, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'autres allergènes que ceux indiqués. Les produits utilisés sont garantis sans OGM et non ionisés.

Vos repères nutritionnels

- Brain
- Refresh
- Move
- New

Nos engagements produits