

Au menu cette semaine -Déjeuner

LE JOUR DU
Végé
VEGETARIEN

LUNDI | 02
Nov

Macédoine mayonnaise

Penne au saumon

Penne bolognaise

Haricots verts persillade

Purée de pommes
de terre au fromage

Compote pommes abricot

MARDI | 03
Nov

Boulette de lentilles
sauce curry

Cremoso de riz et feta

Petits pois

Riz Bio pilaf

Yaourt aux fruits rouges

Petit moulé ail et fines herbes

Dessert gélatifié chocolat

JEUDI | 05
Nov

Coleslaw

Nuggets de poisson

Steak haché
et sauce ketchup

Purée de carottes persillées

Taqlatelle

Beignet aux pommes

VENDREDI | 06
Nov

Omelette au fromage

Rougail saucisses lentilles

Cordiale de légumes

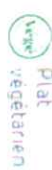
Riz pilaf

St Môret Bio

Yaourt aromatisé

Crème dessert caramel

Corbeille de fruits



Téléchargez
AppTable
applicable.elfor.com



Decouvrez notre blog
bon
bon
Mieux



Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre

Au menu cette semaine -Déjeuner

LUNDI 09
Nov

Salade de riz carottes
maïs haricots rouges Bio

Blanquette de colin

Escalope de poulet à
l'italienne

Haricots verts Bio

Penne semi complètes Bio

Tarte aux pommes

MARDI 10
Nov

Couscous Bio aux poissons

Couscous garni

Légumes couscous

Semoule Bio aux épices

Yaourt à la mangue

Corbeille de fruits

Purée de pommes bananes Bio

JEUDI 12
Nov

Carottes râpées vinaigrette

Colin à l'italienne

Sauté de dinde
à la provençale

Coquillettes Bio

Petits pois

Corbeille de fruits

Paris-Brest

VENDREDI 13
Nov

Beignet calamar sauce tartare

Nuggets de volaille

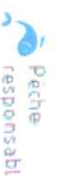
Boullgour pilaf Bio

Duo de haricots
verts et haricots beurres

Yaourt à l'abricot

Cookie chocolat noir

Corbeille de fruits



Téléchargez
AppTable
available on the app store



Decouvrez notre blog
bon
MIEUX



Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre

Au menu cette semaine -Déjeuner

LUNDI | 16
Nov

Coleslaw

Potage de légumes

Emincé haut cuisse
de dinde au curry

Paupiette de
saumon sauce crème

Printanière de légumes

Riz Bio pilaf

Compote pommes abricot

Corbeille de fruits

MARDI | 17
Nov

Gnocchis sauce cheddar

Sauté de bœuf Bio mironton

Poêlée de brocolis
et champignons

Purée de pommes
de terre au fromage

Yaourt à la fraise

Fromage blanc sucré

Corbeille de fruits

Mousse chocolat au lait

GLAP
DE FROM

JEUDI | 19
Nov

Salade de pommes
de terre à la mimolette

Cheeseburger

Stick Mozzarella pané

Frites

Salade verte

Beignet chocolat noisette

Corbeille de fruits

**LE JOUR DU
VÉGÉTARIEN**

VENDREDI | 20
Nov

Gratin de pâtes
au potiron et brebis

Macaronis végété
haricots paprika coco

Macaroni Bio

Ratatouille

Yaourt aux fruits rouges

Croûlait

Crème dessert vanille

Corbeille de fruits

label
Rouge

HVE

Produit
local

Origine
France

Plat
végétarien

Téléchargez
AppTable
appliable.eiffex.com



Decouvrez notre blog
bon
ben
MIEUX



Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre

C'mid

Au menu cette semaine -Déjeuner

LUNDI 23
Nov

Chou-fleur et brocolis vinaigrette

Blanquette de colin

Escalope de poulet au jus

Polenta

Purée de potiron

Crème dessert chocolat

Fruits de saison Bio

MARDI 24
Nov

Curry de pois chiches
lait de coco - Riz

Saucisse de Francfort

Fondue de poireaux

Pommes de terre vapeur

Yaourt arôme vanille

Fromage blanc sucré

Compote pommes
et ananas

Corbeille de fruits

JEUDI 26
Nov

Betterave aux œufs durs

Paupiette de poisson

Sauté de dinde sauce tomate

Cordiale de légumes

Risoni

Fian vanille caramel

Corbeille de fruits

Pain

VENDREDI 27
Nov

Penne au saumon

Penne bolognaise

Penne

Poêlée brocolis carottes potiron

Brebis crème

Beignet aux pommes

Fruits de saison Bio

Pain



Téléchargez
App Table
appstable.eiffex.com



Découvrez notre blog
bn
Mieux



Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre

Au menu cette semaine - Déjeuner



LE JOUR DU
VÉGÉTARIEN

LUNDI | 30
Nov

Rémoulade de céleri

Potage aux carottes

**Pané de blé
fromage épinards**

Sauté de porc mexicaine



11

Jardinière de légumes

Purée de pommes
de terre au fromage

Compote pommes fraises

Salade de fruits

MARDI | 01
Dec

Fian coquillettes
et courgettes

Galette végétale
à l'emmental Bio



11

Coquillettes semi complètes bio

Haricots verts Bio

Pavé 1/2 sel

Petit moulié ail et fines herbes

Cookie chocolat noir

Corbeille de fruits

JEUDI | 03
Dec

Macédoine mayonnaise

Potage de pois cassés

Sauté de bœuf au paprika

Nuggets de blé



11

Haricots beurre en persillade

Macaroni Bio

Corbeille de fruits

Tarte rhubarbe & pommes

VENDREDI | 04
Dec

Filet de merlu
roti sauce au beurre

Tartiflette

Purée de brocolis

Riz pilaf Bio

Fondu Président®

Fromage blanc sucré

Corbeille de fruits locaux

Yaourt brassé aux fruits Bio

Pain



Origine
France

Origine
France

Pêche
responsable

Produit
local

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre

Téléchargez
App Table
available on the
App Store



Decouvrez notre blog
bon
mieux



C'mid

Au menu cette semaine -Déjeuner

LUNDI | 07
Dec

Carottes râpées vinaigrette
Rémoulade de céleri
Potage de légumes
Feuilleté de poisson
au beurre blanc
Paupiette de veau au jus
Coquillettes Bio
Cordiale de légumes
Fromage blanc sucré
Petit moulié
Compote pommes bananes
Corbeille de fruits
Salade de fruits

MARDI | 08
Dec

Pavé du fromager
Pilons de poulet
sauce barbecue
Carottes au citron et persil
Petits pois
Riz Bio pilaf
Fruits de saison Bio
Liégeois vanille

JEUDI | 10
Dec

Betteraves vinaigrette
Haricots verts à l'échalote
Gratin de fruits de mer
Steak haché sauce ketchup
Epinards à l'indienne
Riz Bio pilaf
Pars-Brest
Corbeille de fruits

VENDREDI | 11
Dec

Poireaux vinaigrette
Potage de légumes verts
Coquillettes sauce
fromagère au jambon
Filet de colin
à la crème de persil
Coquillettes Bio
Petits pois
Donut
Fruits de saison Bio



Téléchargez
App Table
opération avec carte



Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre

Au menu cette semaine - Déjeuner



LUNDI 14
Dec

Potage de lentilles

Taboulé Bio

Chili con carne et riz

Colombo de poisson et riz

Carottes Vichy

Brocolis

Riz Bio pilaf

Compote pomme fraise Bio

Fruits de saison Bio

MARDI 15
Dec

Omelette au fromage

Sauté de porc sauce diable

Purée de pommes de terre

Courgettes à la provençale

Yaourt à l'abricot

Petit moulé

Compote pomme framboise

Fruits de saison Bio

JEUDI 17
Dec

Pâté en croûte

Mousse au saumon fumé aneth

Sauté de volaille
sauce suprême

Filet de cabillaud
sauce pamplemousse

Etoiles de pomme de terre

Poêlée de légumes
au pain d'épices

Corbeille de fruits

Bûche chocolat praliné

VENDREDI 18
Dec

Couscous bouchées
marocaines

Stick Mozzarella pané

Poêlée brocolis carottes potiron

Riz pilaf

Yaourt arôme fraise

Fromage fouetté
au sel de Guérande

Fruits de saison Bio

Liégeois chocolat



Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre

Téléchargez
AppTable
appliquez.bioy.com

Decouvrez notre blog
bon
MIEUX