

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Midi</b>		<b>Salade de lentilles aux oignons</b>	<b>Champignons à la Grecque</b>	<b>Avocat en vinaigrette</b>	<b>Macédoine de légumes</b>	<b>Chou-fleur en vinaigrette</b>	<b>Salade de betteraves</b>
		M - ASS	L - G	M - ASS	O - M - ASS	M - ASS	M - ASS
		<b>Boulettes de bœuf</b>	<b>Andouillettes à la moutarde</b>	<b>Escalope viennoise maison</b>	<b>Filet de lieu sauce citronnée</b>	<b>Palette à la diable</b>	<b>Petits farcis</b>
		L - ASS - G - C - S - M	M - ASS - G - C - L	O - G	P - L - ASS	M - ASS	ASS - G - C
		<b>Fondue de poireaux</b>	<b>Purée de pommes de terre maison</b>	<b>Pâtes à la sauce tomate</b>	<b>Riz</b>	<b>Carottes sautées</b>	<b>***</b>
		L - ASS - M	L - ASS	G - L	L	L - G	
		<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>
	L	L	L	L	L	L	
	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Ananas rôti</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Cake banane chocolat</b>	
	L		L	L		L - O - G - ASS	
<b>Soir</b>		<b>Velouté de céleri</b>	<b>Velouté d'asperges</b>	<b>Velouté de légumes</b>	<b>Soupe de vermicelles</b>	<b>Soupe de poisson</b>	<b>Soupe à l'oignon</b>
		L - C	L - C	L - C	L - C	L - C - P - CR	L - C - G - ASS
		<b>Vol au vent de la mer</b>	<b>Tarte épinards et fêta</b>	<b>Tarte aux champignons</b>	<b>Jambon fumé</b>	<b>Gnocchis au basilic</b>	<b>Endives au jambon</b>
		L - O - G - P - MO - CR - M - C	L - O - G	L - O - G	M - ASS	L - G	L
		<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Poireaux caramélisés</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>
		M - ASS	M - ASS	M - ASS	L	M - ASS	M - ASS
		<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>
	L	L	L	L	L	L	
	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b>	
		L		L			

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Midi</b>	<b>Mortadelle et cornichons</b>	<b>Taboulé</b>	<b>Fonds d'artichaud au chèvre</b>	<b>Salade de tortis aux olives</b>	<b>Salade d'endives</b>	<b>Avocat vinaigrette</b>	<b>Salade verte</b>
	M - ASS - L - FC	G - ASS	M - ASS - L	M - ASS - G - L	M - ASS	M - ASS	M - ASS
	<b>Rôti de porc au thym</b>	<b>Œufs dus à la florentine</b>	<b>Seiches sauce marchande</b>	<b>Escalope de poulet au curry</b>	<b>Filet de merlu sauce aux câpres</b>	<b>Saucisse fumée</b>	<b>Aïoli</b>
	L - C	O - L	P - CR - MO - L - ASS - C - S - G	L - M - C - G - ASS	P - L - G - O - CR - C - ASS		P - O
	<b>Purée de céleri</b>	<b>****</b>	<b>Pennes</b>	<b>Champignons et oignons à la crème</b>	<b>Riz</b>	<b>Haricots blancs à la tomate</b>	<b>****</b>
	C		L - G	L	L		
	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>
L	L	L	L	L	L	L	
<b>Dessert lacté</b>	<b>Salade d'oranges à la cannelle</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Tarte aux poires</b>	
L		L		L		L - O - G - FC	
<b>Soir</b>	<b>Velouté de pois cassés</b>	<b>Potage de légumes</b>	<b>Velouté de poireaux et pommes de terre</b>	<b>Potage de carottes</b>	<b>Potage de haricots blanc</b>	<b>Velouté de brocolis</b>	<b>Soupe minestrone</b>
	L - C - ASS	C	L	L - C - ASS	C - ASS	L - C - ASS	G - C - ASS
	<b>Poêlée de patate douce, oignons et lardons</b>	<b>Aiguillettes de dinde et champignons</b>	<b>Parmentier de poisson</b>	<b>Jambon blanc</b>	<b>Gratin de poireaux</b>	<b>Flammenkuech maison</b>	<b>Tarte aux oignons</b>
	L	L - ASS - G - C	L - O - P	L	L - G	L - G	L - O - G
	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Cœur de laitue rôti</b>	<b>Purée de patate douce maison</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>
	M - ASS	M - ASS	L	L	M - ASS	M - ASS	M - ASS
	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>
L	L	L	L	L	L	L	
<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	
	L		L		L		

# Menus du 14 au 20 Avril

Résidence La Régordane – La Calmette

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Midi</b>	Sardines à la tomate	Salade coleslaw	Salade de pommes de terre	Houmous	Salade de betteraves	Rosette, salami et cormichon	Œufs en gelée
	P - ASS	M - ASS - O - C	M - ASS	G - ASS - L	M - ASS	L - G - M - ASS	O - C - G
	Paupiette de veau	Lasagnes à la bolognaise	Sauté de porc à l'ancienne	Aiguillettes de poulet à la Normande	Encornets à l'Armoricaine	Paupiette de bœuf sauce moutarde	Blanquette de veau
	S - G - C - ASS	L - G - ASS - C - O	ASS - L - G	L - ASS - G - C	P - CR - MO - L - ASS - S - C - G	L - G - S	L - G - ASS - O - C
	Gratin dauphinois	****	Lentilles	Chou-fleur persillé	Riz	Epinard au beurre	****
	L - O			C	L	L	
	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium
L	L	L	L	L	L	L	
Dessert lacté	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Glace rhum-raisin et chantilly maison	
L				L		L - G - O - S - ASS - FC	
<b>Soir</b>	Velouté de légumes	Soupe de vermicelles	Soupe d'épinards	Soupe de poireaux	Velouté de cresson	Soupe de poisson	Soupe à l'oignon
	L - C	C - G	L - C	L	L - C	L - C - P - CR	L - C - G - ASS
	Gratin dauphinois aux lardons	Gratin de brocolis au parmesan	Lentilles aux épices	Légumes sautés au bœuf	Petits pois carottes au poulet	Parmentier de hoki	Vol au vent de la mer
	O - L	L - G		M - C - ASS		L - O - P	L - O - G - P - MO - CR - M - C
	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	****	Salade verte	Salade verte
	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS
	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium
L	L	L	L	L	L	L	
Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	
	L		L		L		

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Midi</b>	Salade d'asperges	Salade de haricots rouges au maïs	Salade de museau	Tartine chèvre miel	Salade verte	Champignons citronnés au fromage blanc	Poireaux vinaigrette
	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS - G - L	M - ASS	L - ASS	M - ASS
	Gigot d'agneau	Noix de joue de porc	Curry de sole	Farfales à la carbonara	Filet de colin sauce citronnée	Rôti de bœuf au vin blanc	Tajine de volaille aux pruneaux
	L - ASS - G - C	ASS	P - L - M - ASS - C	G - L - O	P - L - ASS	ASS	ASS
	Flageolets à la provençale	Epinards à la crème	Carottes glacées	****	Riz	Pommes de terre rissolées	Semoule à l'huile d'olive
		L	L - ASS - C		L		G
	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium
L	L	L	L	L	L	L	
Baba au rhum	Dessert lacté	Fruit de saison	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Sorbet aux fruits	
L - O - G - S - ASS	L			L		L - O - G - FC - ASS - S	
<b>Soir</b>	Soupe de vermicelles	Velouté de poireaux	Soupe de lentilles	Velouté de carottes au cumin	Potage provençal	Velouté de panais	Potage de légumes
	G - C	L	L - C - ASS	L - C - ASS	L - C - ASS	L - C	C
	Feuilleté de poisson	Quiche aux oignons et roquefort	Poêlée de légumes au bœuf	Quenelle au poisson et à la tomate	Jambon de dinde	Œufs durs sauce Aurore	Quenelles aux champignons
	L - O - P - CR - MO - G	L - O - G	M - C - ASS	L - G - O - P	S	O - L - G - M	G - L - O - ASS - C
	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Gratin de fenouil	Salade composée	Salade verte
	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	L - C - G	M - ASS	M - ASS
	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium
L	L	L	L	L	L	L	
Fruit de saison	Fruit cuit	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	
			L		L		

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Midi</b>	<b>Salade coleslaw</b> M - ASS - O - C	<b>Rosette et cornichons</b> L - G - M - ASS	<b>MENU LE PRINTEMPS</b>  <b>Radis beurre</b> L  <b>Risotto à la courgette et fêta</b> L - C - ASS  <b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b> L  <b>Tarte à la fraise</b> L - O - G - FC				
	<b>Alouette de bœuf</b> L - P - ASS	<b>Filet de dorade grillé</b> P - ASS					
	<b>Petits pois</b> L	<b>Purée de haricots verts</b> L					
	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b> L	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> L					
	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b> L					
<b>Soir</b>	<b>Velouté de poireaux</b> L	<b>Velouté de carottes</b> L - C - ASS	<b>Soupe de poisson</b> L - C - P - CR				
	<b>Parmentier de poisson</b> L - O - P	<b>Pennes au pesto</b> L - G - C	<b>Quiche aux légumes et chèvre</b> L - O - G				
	<b>Salade verte</b> M - ASS	<b>****</b>	<b>Salade verte</b> M - ASS				
	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> L	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> L	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b> L				
	<b>Dessert lacté</b> L	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b> L				