



Vos menus du mois de Janvier

Du 4 au 8 janvier 2021

Du 11 au 15 janvier 2021

Du 18 au 22 janvier 2021

Du 25 au 29 janvier 2021

Lundi



Mardi



Mercredi



Jeudi



Vendredi

Salade de **choux-blancs**
Tarte au fromage
Petits pois à la française
Edam à la coupe
 Crème aux œufs

Betteraves au fromage blanc
Dos de cabillaud à la crème
Pâtes papillons
 Pavé du val de saône à la coupe
 Kiwi

Salade de **choux-rouges**
Navarin de poisson
Riz blanc
Stick de mimolette à croquer
Compote de pommes et nectarine

Lentilles en salade
Filet de merlu sauce herbes
Ratatouille nicoise et semoule
Emmental à la coupe
Yaourt aromatisé

Végétarien

Macédoine de légumes à la mayonnaise
 Bio hachis parmentier au soja
 Fromage fondu le fromy
 Pomme gala

Salade de pommes de terre à l'échalote
Nuggets de poisson
Carottes à la crème
Petit suisse aux fruits
 Clémentines

Salade de penne rigate
Croisillon feuilleté à l'emmental
Haricots verts persillés
Croc lait
 Pomme gala

Bouillon aux vermicelles
Œufs durs sauce mornay
Epinards haché à la crème
Petit moulé nature
 Orange

Végétarien

Velouté hivernal
Filet de saumon sauvage à la cancoillotte
Coquillettes
Fromage le p'tit louis
 Clémentines

Œufs durs à la mayonnaise
 Tarte au fromage
Petit pois au jus
 Vache qui rit
 Poire

Méli mélo de carottes et céleris râpés
Œufs durs à la béchamel
Polenta
Tomme noire à la coupe
Crème dessert au caramel

Khira raita de **concombres**
Filet de cabillaud sauce crème
Pommes frites au four
Fromage fouetté madame loik
Flan au chocolat

Repas le montagnard

Salade de riz
Œufs pochés au coulis de tomate
Julienne de légumes sauce béchamel
Yaourt nature sucré
 Banane

Salade scarole
Raviolis de saumon crèmes
Carré fondu
Pêches au sirop

Salade verte aux noix
Tartiflette
Chanteneige
 Muffin aux myrtilles

Délice de thon
Tarte à la cancoillotte
Carottes à la crème
Fromage blanc nature
 Kiwi

Carottes râpées
Pavé de hoki à la bretonne
Pilaf de boulgour
 Brie à la coupe
Galette des rois

Concombre en salade
Choucroute de la mer
Buche pilat à la coupe
Yaourt aromatisé

Végétarien

Salade de thon à la russe
Escalope pané végétale
Choux-fleurs sauce aurore
Yaourt nature sucré
 Banane

Végétarien

Céleri en vinaigrette
 Risotto à la tomate et au fromage
Gouda à la coupe
 Gâteau moelleux au yaourt

*Plat contenant du porc
Variante sans porc



Recette du Chef



Agriculture Raisonnée



Produit local



Nouvelle recette



Viande française

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine Estredia propose des repas exempts des 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci de contacter votre chargée de clientèle pour en bénéficier. Nos menus sont élaborés par des diététiciennes diplômées d'Etat. Ils peuvent exceptionnellement subir des modifications.

