|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| * Salade verte * Œufs dur et croutons * Taboulé de petit épeautre * Carottes bicolores râpées * Salade aux deux fromages de pays * Salade de maïs | * Salade composée * Guacamole * Salade tahitienne * Carpaccio de betteraves parfumé à l’orange * Avocats surimi mangue | * Pêches au thon * Salade verte * Salade vitaminée (magret, mâche, mozzarella, agrumes) | * Salade verte (carottes, maïs, soja) * Cornet macédoine * Radis beurre * Salade de betteraves variétés anciennes * Salade de poulpes | * Salade sucrée salée (poires, jambon cru, gruyère, salade) * Quiche lorraine * Quiche au saumon épinard |
| * Côtes de porc sauce tomate forestière * Confit de poule * Steak de soja * Lentilles à la moutarde * Endives braisées | * Rougail saucisse * Steak d’espadon (sauce pimenté) * Riz basmati * Gratin de papaye | * Quinoa * Fricassée de dinde charcutière * Poisson mariné * Carottes glacées | * Escalope de dinde à la crème * Filet de sandre en croute d’herbes * Pommes noisette * Champignons frais sautés * Gratin d’épinard | * Sauté de poulet au curry aux fruits exotiques * Rôti de porc au confit de pommes et oignons * Poisson sauce citron * Ebly pilaf * Pois gourmands |
| Fromages de terroir à la coupe.  Provence alpes côte d’azur | Fromages de terroir à la coupe.  Auvergne | Fromage à la coupe.  Fontu hivers – yaourt nature fermier Bio. camembert | Fromages de terroir à la coupe.  Aquitaine | Fromages de terroir à la coupe.  (Compléter par du brie de Meaux). |
| * Fruits de saison 3 choix * Assortiment de flans * Panna cotta aux fruits | * Salade de fruits de saison | * Ananas chantilly * Poires chocolat | * Fruits de saison 3 choix * Gâteaux au chocolat * Tarte noix de coco | * Fruits de saison 3 choix * Flan au citron |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| * Salade verte toast de chèvre chaud * Salade de choux fleurs mimosa * Salade de haricots verts * Salade d’émincés de poulet et soja | * Concombre à la crème * Salade de pommes de terre * Pêche au thon * Salade de choux rouges aux lardons | * Verrine de betteraves et sa chantilly au Boursin * Poichichade * Taboulé | * Salade verte * Salade de lentilles * Salade de fenouil aux agrumes * Œufs mimosa * Salade de museau | * Salade verte * Salade océane * Salade fermière * Céleri rave râpé |
| * Omelette Espagnole * Alouettes sans tête à la tomate * Purée de pommes de terre maison * Potiron sauté * Haricots verts persillés | * Coquillettes * Bavette à l’échalote * Filet de truite à la crème d’ail * Jardinière de légumes maison * Endives braisées au miel de Provence | * Œufs gratinés * Côte de veau * Epinard en béchamel et ses croutons | * Rougail saucisse * Cari de cabillaud * Achard de légumes * Riz basmati | * Pot au feu * Potée de poisson |
| Fromage à la coupe  Rhône Alpes | Fromage à la coupe  Provence Alpes côte d’azur | Fromage à la coupe  Bleu de Queyras. Tomme carline. | Fromage à la coupe  Fontu hiver. Brie. Cantal | Fromage à la coupe.  (compléter par du fromage de chèvre). |
| * Salade de fruit de saison * Fruit au sirop | * Fruits de saison 3 choix * Crèmes desserts | * Fruits de saison 3 choix * Poires pochées (sauce caramel) | * Fruits de saison 3 choix * Moelleux au chocolat * Tarte aux pommes | * Fruits de saison 3 choix * (Compléter par des kiwis). |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| * Salade verte crouton * Fuseau des Alpes * Terrine au génépi * Betteraves marinées * Carottes râpées aux agrumes * Potage de légumes | * Salade verte mais surimi * Salade d’endives noix et bleu Salade de radis, pommes granny Smith * Poireaux vinaigrette * Velouté de maïs | * Salade verte aux anchois * Salade Coleslaw * Cocktail de crevette et pamplemousse * Velouté de potimarron | * Soupe de poisson * Salade mimosa * Pamplemousse * Salade Extremadura | * Macédoine * Artichaut vinaigrette * Salade grecque * Salade chinoise * Soupe de légumes |
| * Pané de fromage (menus alternatifs) * Demi-coquelet (sauce marchand de vin) * Riz pilaf * Panais frits * Carottes à la carbonara | * Sauté de canard aux olives * Queue de lotte en papillote * Gratin dauphinois * Navets glacés * Fondue de poireaux | * Spaghetti * sauce carbonara ou sauce thon curry-carottes * endives à l’orange | * Semoule de blé * Navarin d’agneau aux carottes et au cumin * Variée de légumes aux quatre épices * Dos de colin sauce tomate et coriandre | * pommes grenailles * Brochette de volaille * Aile de raie gratinée * Poêlée de légumes de saison |
| Fromages à la coupe  Terroir du Jura | Fromages à la coupe  Terroir de Savoie | Fromages à la coupe  Terroir PACA | Fromage à la coupe  Chèvre PACA | Fromages à la coupe  (compléter par du camembert) |
| * Fruits de saison 3 choix * Compotes de pêches, poire ou pommes-poires | * Fruits de saison 3 choix * Faisselle | * Fruits de saison 3 choix * Tiramisu en verrine | * Fruits de saison 3 choix * Flan vanille * Poires aux épices | * Fruits de saison 3 choix * (compléter par des pommes) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| * Salade de mesclun lardons et croutons * Taboulé * Salade de pommes de terre Salade de pois chiche | * Salade vietnamienne * Nems et salade verte * Beignets de crevette | * Salade vert * Salade grecque * Avocat vinaigrette | * Crudités du moment * Graines germées * Carpaccio de betteraves Carottes râpées * Choux fleurs vinaigrette | * Anchoïade * Salade Coleslaw * Salade de la mer * Verrines de concombres |
| * Escalopes de volaille panées maison * Filet de poisson grillé (sauce vierge) * Poêlée Carottes sautées, Choux fleurs, Pommes de terre | * Porc au caramel * Filet de poisson sauce aigre douce * Riz cantonnais * Wok de légumes croquants maison | * Tortis. * Poisson façon meunière. * Bavette. * Flan de poireaux (sauce curry). | * Steak haché (sauce poivre) * Brouillade aux fines herbes * Poissons marinés * Pommes boulangères * Salade braisée | * Crêpe de sarrasin au jambon, parmesan et noix. * Crêpe de sarrasin au chèvre miel * Champignons de Paris à la crème. |
| Fromages à la coupe | Fromages à la coupe | Fromages à la coupe | Fromages à la coupe | Fromages à la coupe |
| * Fruits de saison 3 choix | * Assiette de dessert (beignet ou nougat chinois ou fruits exotiques) | * Fruits de saison 3 choix | * Fruits de saison 3 choix * Choux chantilly | * Fruits de saison 3 choix * Crêpes sucrées avec chantilly * (chocolat, confiture, sucre) |