|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| * 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 coupeRhône Alpes | Fromage à la coupeProvence Alpes côte d’azur | Fromage à la coupeBleu de Queyras. Tomme carline. | Fromage à la coupeFontu 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 coupeTerroir du Jura | Fromages à la coupeTerroir de Savoie | Fromages à la coupeTerroir PACA | Fromage à la coupeChèvre 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)
 |