



Menus du dimanche 1^{er} Septembre

Résidence Les Arcades – Lézan



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi							Sardines à l'huile
							ASS - P
							Paupiette de dinde sauce champignons
							L - C - O - G
							Gratin de chou-fleur
							L - G
						Fromage > 150mg calcium	
						L	
						Tarte aux prunes	
							L - O - G
Soir							Velouté de légumes
							L - C
							Jambon+macédoine de légumes mayonnaise
							L - O - M - ASS

							Fromage > 150mg calcium
						L	
						Compote de fruits	

Allergènes : Moutarde (M) Anhydrides sulfureux et sulfites (ASS) Lait (L) Œuf (O) Poisson (P) Mollusques (MO) Crustacés (CR) Soja (S) Céréales contenant du gluten (G) Fruits à coque (FC) Lupin (LP) Arachides (A) Céleri (C) Sésame (SE)



Origines des viandes (bœuf, veau, volaille...) : Union Européenne
Menu sous réserve de réception des marchandises
DLC = jour de fabrication = menu du jour



Menus du 02 au 08 Septembre

Résidence Les Arcades – Lézan



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Taboulé maison G - ASS	Melon	Carottes râpées M - ASS	Concombres à la menthe M - ASS - L - O	Salade verte et croutons M - ASS - G - L	Pâté en croute L - M - ASS - O - G	Champignons à la Grecque L - G
	Bœuf braisé L - ASS - C	Salade piémontaise maison M - ASS - O	Risotto aux fruits de mer L - C - ASS - P - CR - MO	Lasagnes bolognaise L - G - ASS - C - O	Filet de lieu noir sauce tomate P	Sauté de dinde au curry L - ASS - M	Rôti de porc aux pruneaux L - ASS - G - C
	Tomates à la provençale	****	****	****	Gratin de pâtes L - G	Haricots plats sautés	Pommes de terre sautées
	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L
	Fruit de saison	Glace L - G - O - S - ASS - FC	Pruneaux cuits L - G	Liégeois pêche L	Fruit de saison	Entremet vanille L - O - G - S	Bavarois aux fruits rouges L - O - G - S
Soir	Soupe minestrone G - C	Velouté de petits pois L - C	Velouté de courgettes au chèvre L - C	Potage de légumes C	Velouté de brocolis L - C - ASS	Potage provençal L - C - ASS	Bouillon de vermicelles G - C
	Salade de haricots verts, lardons, ail et persil M - ASS	Tarte à la bandade L - O - P - G	Salade César L - G - M - ASS	Pizza Reine L - G	Omelette au gruyère O - L	Croque Monsieur L - G	Tomates farcies mayonnaise et thon M - ASS - O - P
	Salade verte M - ASS	Salade verte M - ASS	****	Salade verte M - ASS	Salade verte M - ASS	Salade verte M - ASS	****
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L
	Entremet caramel beurre salé L - G - O - S	Fruit de saison	Yaourt L	Fruit de saison	Fromage blanc et crème de marrons L	Pomme cuite L	Fruit de saison

Allergènes : Moutarde (M) Anhydrides sulfureux et sulfites (ASS) Lait (L) Œuf (O) Poisson (P) Mollusques (MO) Crustacés (CR) Soja (S) Céréales contenant du gluten (G) Fruits à coque (FC) Lupin (LP) Arachides (A) Céleri (C) Sésame (SE)



Origines des viandes (bœuf, veau, volaille...) : Union Européenne
Menu sous réserve de réception des marchandises
DLC = jour de fabrication = menu du jour



Menus du 09 au 15 Septembre

Résidence Les Arcades – Lézan



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Maquereaux au vin blanc P - ASS	Haricots verts aux échalotes M - ASS	Salade de betteraves aux noix M - ASS - FC	Pomelos *	Courgettes râpées au citron ASS	Salade verte et croutons M - ASS - L - G	Salade de pois chiches au cumin M - ASS
	Alouette de bœuf S - G - ASS	Escalope viennoise O - G	Œufs au plat O - L	Hachi Parmentier L - O - G - ASS	Spaghettis au thon et à la tomate G - P	Sauté de porc à la provençale ASS	Sauté de lapin sauce vin blanc ASS
	Ratatouille	Petits pois carottes L	Pommes de terre sautées ail et persil	****	****	Poêlée de carottes	Gratin de brocolis L - G
	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L
	Gateau de riz L	Pêches aux amandes grillées L - FC	Moelleux au chocolat L - O - G - S	Pomme cuite L	Compote de fruits	Fruit de saison	Tarte au citron meringuée L - O - G
Soir	Velouté de champignons L - C - ASS	Velouté de carottes au boursin L - C - ASS	Velouté de courgettes L - C	Potage de légumes C	Soupe à l'oignon L - C - ASS - G	Velouté de légumes L - C	Potage à la tomate L - C - ASS
	Feuilleté hot dog L - O - G - M	Tarte à la tomate L - O - G	Risotto de colin L - C - ASS - P - CR - MO	Salade de lentilles aux lardons M - ASS	Salade niçoise M - ASS - O - P	Salade de pommes de terre et hareng fumé M - ASS - P	Röti de porc froid et moutarde M - ASS
	****	Salade verte M - ASS	****	****	****	****	Salade verte et tomates M - ASS
	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L
	Fruit de saison	Fromage blanc et crème de marron L	Liégeois vanille L	Fruit de saison	Fruit de saison	Entremet pistache L - O - G - FC - S	Fruit de saison





Menus du 16 au 22 Septembre

Résidence Les Arcades – Lézan



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de cœur de palmier M - ASS - S - L	Salade de haricots rouges au maïs M - ASS	Salade verte M - ASS	Pomelos	Mortadelle et cornichons L - M - FC - ASS	Salade de riz provençale M - ASS	Salade verte M - ASS
	Blanc de poulet à la forestière L - ASS - G - C	Rôti de porc à la moutarde M - ASS - G - C	Moules au Roquefort MO - L - ASS - G	Chipolatas	Aioli P - O	Foie de veau L	Rôti de dinde aux olives L - C
	Riz pilaf C	Tomates au four	Frites L	Purée de pommes de terre maison L - ASS	****	Haricots verts	Aubergines à la provençale L
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L
	Fromage blanc aux fruits L	Fruit de saison	Glace L - G - O - S - ASS - FC	Liégeois café L	Fruit de saison	Poire au vin ASS	Cake aux fruits et crème anglaise L - O - G
Soir	Potage de légumes C	Velouté de chou-fleur C - L - ASS	Potage de légumes C	Velouté de carottes L - C - ASS	Potage de légumes C	Soupe de poisson et croutons L - C - P - CR - G	Potage minestrone G - C
	Salade de museau M - ASS	Taboulé maison G - ASS	Croque forestier G - L	Ratatouille	Quiche aux courgettes L - O - G	Gratin de penne à la viande hachée L - G - ASS	Omelette aux champignons O - L
	****	****	****	****	Salade verte M - ASS	Salade verte M - ASS	Salade verte M - ASS
	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L
	Compote de fruits	Entremet pistache L - O - G - FC - S	Fruit de saison	Fruit de saison	Yaourt L	Crème au caramel L	Fruit de saison

Allergènes : Moutarde (M) Anhydrides sulfureux et sulfites (ASS) Lait (L) Œuf (O) Poisson (P) Mollusques (MO) Crustacés (CR) Soja (S) Céréales contenant du gluten (G) Fruits à coque (FC) Lupin (LP) Arachides (A) Céleri (C) Sésame (SE)



Origines des viandes (bœuf, veau, volaille...) : Union Européenne
Menu sous réserve de réception des marchandises
DLC = jour de fabrication = menu du jour



Menus du 23 au 29 Septembre

Résidence Les Arcades – Lézan



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Melon L - G	Salade verte et croutons M - ASS - L - G	<u>MENU DIJONNAIS</u> Œufs durs à la Dijonnaise O - M - ASS - L	Salade de betteraves et maïs M - ASS	Salade verte M - ASS	Fonds d'artichauts farcis L	Sardines P - ASS
	Boudin noir aux pommes ASS - L - C	Raviolis aux fromages sauce provençale G - L - O	Poulet Gaston Gerard M - ASS - L - O - G	Tagliatelles à la carbonara L - O - G	Filet de cabillaud à l'oseille ASS - L - P - G	Sauté de poulet forestier L - ASS - G - C	Sauté de bœuf aux olives ASS - M
	Purée de pommes de terre L - ASS	****	Légumes mijotés sauce moutarde L - M - ASS	****	Riz pilaf C	Gratin de chou-fleur L - G	Carottes en persillade
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L
	Pruneaux cuits L - G	Crème au café L	Pain d'épices de Dijon L - O - G - ASS - FC - S	Fruit de saison	Cake aux fruits et crème anglaise L - O - G	Poire au sirop et chocolat fondu L - G - S	Tarte aux pommes L - O - G
Soir	Velouté de brocolis L - C - ASS	Potage de légumes C	Velouté de cresson L - C	Potage de légumes C	Velouté de courgettes L - C	Bouillon de vermicelles G - C	Velouté d'épinards L - C
	Cordon bleu S - G - L	Gratin de colin et poireaux L - P	Quiche aux carottes et chèvre L - O - G	Tomates farcies à la macédoine de légumes M - ASS - O	Œufs durs mayonnaise O - M - ASS	Jambon blanc L	Quenelles sauce tomate L - O - G
	Salade verte M	****	Salade verte M - ASS	****	Salade verte M - ASS	Purée de carottes L	Salade verte M - ASS
	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L
	Fromage blanc au sucre L	Fruit de saison	Fruit cuit	Yaourt L	Fruit de saison	Entremet - crème dessert L	Fruit de saison

Allergènes : Moutarde (M) Anhydrides sulfureux et sulfites (ASS) Lait (L) Œuf (O) Poisson (P) Mollusques (MO) Crustacés (CR) Soja (S) Céréales contenant du gluten (G) Fruits à coque (FC) Lupin (LP) Arachides (A) Céleri (C) Sésame (SE)



Origines des viandes (bœuf, veau, volaille...) : Union Européenne
Menu sous réserve de réception des marchandises
DLC = jour de fabrication = menu du jour



Menus du lundi 30 Septembre

Résidence Les Arcades – Lézan



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de haricots verts et poivrons M - ASS						
	Pilons de poulet grillés						
	Lentilles aux oignons						
	Fromage > 150mg calcium L						
	Fruit cuit						
Soir	Soupe minestrone C - G - ASS						
	Tarte au thon L - O - G - P						

	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L						
	Yaourt L						

Allergènes : Moutarde (M) Anhydrides sulfureux et sulfites (ASS) Lait (L) Œuf (O) Poisson (P) Mollusques (MO) Crustacés (CR) Soja (S) Céréales contenant du gluten (G) Fruits à coque (FC) Lupin (LP) Arachides (A) Céleri (C) Sésame (SE)



Origines des viandes (bœuf, veau, volaille...) : Union Européenne
Menu sous réserve de réception des marchandises
DLC = jour de fabrication = menu du jour