

# Menus du 01 au 05 Janvier

Résidence Les Olivettes – Verfeuil

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Midi</b>			<b>Kir et amuses bouches</b> <small>L - O - G - M - ASS - P - CR - MO - S - FC - SE</small>	<b>Salade de mâche et betteraves</b> <small>M - ASS</small>	<b>Pâté en croustade</b> <small>L - M - ASS - O - G</small>	<b>Feuilleté de poisson</b> <small>L - G - O - CR - MO - ASS - M - P</small>	<b>Salade d'endives et dés de pommes</b> <small>M - ASS</small>
			<b>Foie gras de canard, chutney de figues sur lit de mâche</b> <small>L - O - G</small>	<b>Escalope de porc aux oignons</b> <small>ASS - L - P</small>	<b>Filet de lieu sauce vin blanc</b> <small>ASS - L - P</small>	<b>Sauté de bœuf au jus</b>	<b>Tartiflette</b> <small>ASS - L</small>
			<b>Corolle de Limande du Nord aux 2 saumons</b> <small>L - O - P - ASS</small>	<b>Haricots plat sautés</b> <small>L</small>	<b>Riz créole</b> <small>L</small>	<b>Carottes sautées</b>	<b>****</b>
			<b>Timable de riz L</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> <small>L</small>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b> <small>L</small>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> <small>L</small>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> <small>L</small>
			<b>Plateau de fromages L</b>	<b>Entremet - crème dessert</b> <small>L</small>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Mousse au chocolat</b> <small>L - O - S - G</small>	<b>Galette des Rois</b> <small>L - O - G - FC</small>
			<b>Opéra</b> <small>L - O - G - FC - S</small>				
<b>Soir</b>			<b>Potage de pâtes</b> <small>G - C</small>	<b>Velouté de champignons</b> <small>L - C - ASS</small>	<b>Velouté de brocolis</b> <small>L - C - ASS</small>	<b>Potage provençal</b> <small>L - C - ASS</small>	<b>Velouté de légumes</b> <small>L - C</small>
			<b>Nuggets de poisson</b> <small>G - P - S</small>	<b>Jambon blanc</b> <small>L</small>	<b>Omelette aux fines herbes</b> <small>O - L</small>	<b>Croque Monsieur</b> <small>L - G</small>	<b>Flan de courgettes aux lardons</b> <small>O - L - G</small>
			<b>Petits pois carottes</b> <small>L</small>	<b>Lentilles aux carottes</b>	<b>Salade verte</b> <small>M - ASS</small>	<b>Salade verte</b> <small>M - ASS</small>	<b>Salade verte</b> <small>M - ASS</small>
			<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b> <small>L</small>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> <small>L</small>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> <small>L</small>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> <small>L</small>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b> <small>L</small>
			<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>

# Menus du 06 au 12 Janvier

Résidence Les Olivettes – Verfeuil

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	<b>Taboulé</b>	<b>Salade d'endives</b>	<b>Carottes râpées</b>	<b>Macédoine de légumes mayonnaise</b>	<b>Salade de pommes de terre</b>	<b>Celeri rémoulade</b>	<b>Œufs durs mayonnaise au thon</b>
	G - ASS	M - ASS	M - ASS	O - M - ASS	M - ASS	M - ASS - O - C	O - M - ASS - P
	<b>Poulet au lait de coco et légumes d'hiver</b>	<b>Sauté de lapin sauce chasseur</b>	<b>Filet de poisson sauce homardine</b>	<b>Saucisse fumée</b>	<b>Poisson à la bordelaise</b>	<b>Cordon bleu de volaille</b>	<b>Sauté de bœuf sauce marchande</b>
	M - ASS	S - G - ASS - C - M	L - P - G - S - CR - C - ASS		P - L - ASS - G	S - G - L	M - ASS - L - C - G
	<b>****</b>	<b>Pommes de terre vapeur</b>	<b>Julienne de légumes</b>	<b>Flageolets</b>	<b>Haricots verts</b>	<b>Polenta aux champignons</b>	<b>Endives braisées</b>
			C			L - G - C - M	G - C
	<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>Flan au café</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Compote de fruits</b>	<b>Mousse noix de coco</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Tarte aux pommes maison</b>	
L - G - O - S - FC		L		L - S - O - G		L - O - G	
Soir	<b>Velouté de haricots verts</b>	<b>Velouté de cresson</b>	<b>Velouté forestier</b>	<b>Potage de pâtes</b>	<b>Potage de légumes</b>	<b>Velouté de carottes et fromage frais</b>	<b>Velouté de céleri</b>
	L - C - ASS	L - C	L - C - ASS	G - C	C	L - C - ASS	L - C
	<b>Feuilleté à la viande</b>	<b>Quiche aux poireaux et emmental</b>	<b>Pâtes sauce tomate et crème</b>	<b>Jambon de dinde</b>	<b>Hachi parmentier</b>	<b>Cœurs de céleri roulés béchamel et jambon</b>	<b>Vol au vent aux fruits de mer</b>
	L - O - G - M	L - O - G	L - G	S	G - L - O - ASS	L - C	L - O - G - P - MO - CR - M - C
	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>	<b>****</b>	<b>Fenouil caramélisé</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>
	M - ASS	M - ASS		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>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	<b>Dessert au choix</b>	

# Menus du 13 au 19 Janvier

Résidence Les Olivettes – Verfeuil

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Maquereaux à la moutarde	Pizza 4 saisons	Poireaux vinaigrette	Brocolis vinaigrette	Salade d'endives au fromage	Salade de tortis aux crudités	Avocat crevettes mayonnaise
	M - ASS - P	L - G	M - ASS	M - ASS	L - M - ASS	M - ASS - G - L	CR - O - M - ASS
	Saucisse fumée	Oeufs durs à la florentine	Escalope de porc au miel	Steak haché de veau	Filet de hoki sauce citron	Aiguillettes de poulet au paprika	Pot au feu
		O - L	C - ASS	G	ASS - L - P - G	ASS	
	Lentilles	****	Semoule à l'huile d'olive	Blettes persillées	Riz pilaf	Carottes sautées	****
			G		C		
	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	
Fruit de saison	Flan	Pomme au four	Dessert lacté	Fruit de saison	Mousse noix de coco	Eclair à la vanille	
	L - G - O - S - FC	L	L	L	L - S - O - G	L - O - G - S	
Soir	Velouté de légumes	Velouté de cresson	Velouté de champignons	Velouté de carottes	Potage de vermicelles	Velouté de brocolis	Velouté de butternut
	L - C	L - C	L - C - ASS	L - C - ASS	G - C	L - C - ASS	L - C - FC
	Brochette de dinde marinée	Tarte à l'oignon	Coquille de poisson	Gratin de pâtes au jambon	Croque Monsieur	Hachi Parmentier	Escalope de veau milanaise
	S - G - M - ASS	L - O - G	P - L - CR - MO - G - O	G - L - O	L - G	G - L - O - ASS	L - G - ASS - O
	Salsifis sautés	Salade verte	Salade verte	****	Salade verte	Salade verte	Salade verte
		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	
Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	

# Menus du 20 au 26 Janvier

Résidence Les Olivettes – Verfeuil

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Midi</b>	Salade de riz au surimi	Salade de betteraves	Salade de lentilles aux échalottes	Salade d'endives	Mortadelle et cornichons	Poireaux vinaigrette	Toast au chèvre et salade verte
	M - ASS - P - O - CR - MO - G	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS - L - FC	M - ASS	L - G
	Jambon grillé sauce Madère	Cannellonis à l'Italienne	Sauté de dinde aux épices	Boulettes de bœuf aux olives	Pavé de saumon	Sauté d'agneau aux légumes	Bœuf Mode
	ASS - G - L	G - L - O - C	L - ASS - M - C	M - ASS	P - ASS	ASS	L - ASS
	Purée de pommes de terre maison	****	Poêlée de légumes	Semoule au beurre	Purée de butternut	Pommes de terre grenaille	Haricots verts persillés
	L - ASS		C	L - G	L		
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg 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	
Dessert lacté	Fruit de saison	Mousse au chocolat	Salade de fruits	Flan	Compote	Beignet à la pomme	
L		L - O - S - G		L - G - O - S - FC		L - O - G	
<b>Soir</b>	Velouté de potiron	Potage à la tomate	Potage de légumes	Potage de vermicelles	Velouté d'endives	Velouté de chou-fleur	Velouté de légumes
	L - C - FC	C - L - ASS	C	G - C	L - C	L - C - ASS	C - L
	Petits pois carottes aux lardons	Quiche aux brocolis et fêta	Riz crémeux aux poivrons et émincé de poulet	Tortilla aux champignons	Pizza au chorizo	Gratin de poisson blanc et poireaux	Jambon blanc
		L - O - G	L	O	L - G	L - P	L
	****	Salade verte	****	Salade verte	Salade verte	****	Rosties de pommes de terre
		M - ASS		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	
Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	

# Menus du 27 au 31 Janvier

Résidence Les Olivettes - Verfeuil

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
Midi	Salade piémontaise <small>M - ASS - O</small>	Fonds d'artichauts farcis à la macédoine de légumes <small>M - ASS - O</small>	<b>MENU NOUVEL AN CHINOIS</b>  Salade chinoise <small>S - G</small>  Poulet à la Chinoise <small>S - G - ASS - C</small>  Riz sauté aux oignons <small>C</small>  Fromage entre 100 et 150mg de calcium <small>L</small>  Gateau aux mandarines et aux amandes ou Litchis <small>O - G - FC</small>	Taboulé <small>G - ASS</small>	Duo de haricots en salade <small>M - ASS</small>			
	Pot au feu	Filet de poulet au jus <small>L - C</small>		Rôti de porc sauce moutarde <small>M - ASS</small>	Dos de colin sauce au basilic <small>L - O - G - ASS - P - CR - S</small>			
	****	Poêlée brocolis et champignons		Gratin d'épinards <small>L - G</small>	Pommes de terre vapeur			
	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>		Fromage entre 100 et 150mg de calcium <small>L</small>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>		
	Pêches au sirop <small>L - G</small>	Dessert lacté <small>L</small>		Entremet - crème dessert <small>L</small>	Fruit de saison			
Soir	Soupe minestrone <small>C - G - ASS</small>	Velouté de haricots verts <small>L - C - ASS</small>	Soupe à l'oignon, croutons et gruyère <small>L - C - G - ASS</small>	Velouté de carottes <small>L - C - ASS</small>	Soupe au pistou <small>L - G</small>			
	Crêpe jambon fromage <small>L - O - G</small>	Spaghettis aux fruits de mer, tomates et vin blanc <small>P - CR - MO - ASS - G</small>	Gratin de panais au poulet <small>L - S - G</small>	Cake aux lardons <small>L - O - G</small>	Gratin de butternut <small>L - O - G</small>			
	Salade composée <small>M - ASS</small>	****	****	Salade verte <small>M - ASS</small>	****			
	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>	Fromage entre 100 et 150mg de calcium <small>L</small>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>	Fromage entre 100 et 150mg de calcium <small>L</small>			
	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix	Dessert au choix			