

Menus du 01 au 07 Septembre

Résidence Les Jardins –St Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Tomates et fêta M - ASS - L	Saalde de pâtes au basilic G - M - ASS - L	Carottes râpées M - ASS	Taboulé G - ASS	Concombres à la menthe M - ASS - L - O	Pâté en croute L - M - ASS - O - G	Champignons à la Grecque L - G
	Boulettes d'agneau sauce tomate S - G	Aiguillettes de poulet au paprika ASS	Boudin de noir aux pommes ASS - L - C	Lasagnes courgettes et aubergines à la viande L - G - ASS - S - O	Filet de lieu noir sauce tomate P	Sauté de dinde au curry L - ASS - M	Rôti de veau aux pruneaux ASS - L - G - C
	Polenta crémeuse L	Gratin de courgettes L - O	Purée de pommes de terre L - ASS	**** L	Riz créole L	Haricots plats sautés L	Gratin dauphinois O - 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 > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium L
	Fruit de saison L	Dessert lacté L	Fruit cuit L	Dessert lacté L	Fruit de saison L	Entremet - crème dessert L	Tartelette aux fruits L - O - G
Soir	Soupe minestrone maison 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	Potage de légumes C
	Clafoutis de carottes au cumin S - O	Feuilleté de poisson L - O - G - P - CR - MO	Salade César L - G - M - ASS	Pizza Reine L - G	Petits farcis de légumes G - C - ASS	Croque Monsieur L - G	Œufs durs O - M - ASS
	Salade verte M - ASS	Salade verte M - ASS	**** L	Salade verte M - ASS	Salade verte M - ASS	Salade verte M - ASS	Salade composée 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 - crème dessert L	Fruit de saison L	Dessert lacté L	Fruit de saison L	Dessert lacté L	Fruit cuit L	Fruit de saison L

Menus du 18 au 14 Septembre

Résidence Les Jardins –St Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade verte	Haricots verts aux échalotes	Radis beurre	Houmous et ses mouillettes	Tarte à la tomate	Salade de betteraves	Avocat mayonnaise
	M - ASS	M - ASS	L	G - L - ASS	L - O - G	M - ASS	M - ASS - O
	Jambon braisé sauce Madère	Escalope de poulet crème et champignons	Œufs au plat	Alouette de bœuf	Poisson à la bordelaise	Sauté de porc à la provençale	Cuisse de canette au jus
	L - G - ASS	L - ASS - G - C	O - L	S - G - ASS	P - L - ASS - G	ASS	L - C
	Petits pois carottes	Tagliatelles au beurre	Pommes de terre sautées	Blettes à la tomate	Ratatouille	Semoule	Flan de brocolis
	I	L - G				L - G	O - L
	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	
Entremet - crème dessert	Fruit cuit	Flan	Fruit cuit	Dessert lacté	Fruit de saison	Tarte au citron meringuée	
L		L - G - O - S - FC - ASS		L		L - O - G	
Soir	Velouté de champignons	Velouté de carottes au boursin	Velouté de courgettes	Potage de pâtes	Soupe à l'oignon	Velouté de légumes	Potage à la tomate
	L - C - ASS	L - C - ASS	L - C	G - C	L - C - ASS - G	L - C	L - C - ASS
	Spaghettis au thon et à la tomate	Tarte épinards et gruyère	Risotto de colin	Poêlée orientale au poulet	Hachi Parmentier	Tortilla au fromage	Rôti de porc froid et moutarde
	G - P	L - O - G	L - C - ASS - P - CR - MO	M - ASS - FC	L - O - G - ASS	O - L	M - ASS
	Salade verte	Salade verte	Salade verte	****	Salade verte	Salade verte	Salade verte
	M - ASS	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	
Fruit de saison	Dessert lacté	Entremet crème dessert	Fruit de saison	Fruit de saison	Entremet - crème dessert	Fruit de saison	
	L	L			L		

Menus du 15 au 21 Septembre

Résidence Les Jardins – St Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de pousses de soja <small>M - ASS - S - L</small>	Salade de haricots rouges au maïs <small>M - ASS</small>	Salade composée <small>M - ASS</small>	Pomelos	Mortadelle et cornichons <small>L - M - FC - ASS</small>	Salade de riz provençale <small>M - ASS</small>	Salade de cœur de palmier <small>M - ASS</small>
	Escalope viennoise <small>O - G</small>	Côte de porc grillée aux herbes	Moules marinières <small>MO - L - ASS - G</small>	Steak haché de veau au jus <small>G</small>	Bouride de sèche <small>O - P - MO</small>	Andouillette grillée <small>M - ASS</small>	Couscous <small>G - C</small>
	Ecrasé de pommes de terre <small>L</small>	Tomate au four	Frites <small>L</small>	Courgettes sautées	****	Fenouil caramélisé <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 > 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>
	Dessert lacté <small>L</small>	Fruit de saison	Dessert lacté <small>L</small>	Entremet - crème dessert <small>L</small>	Fruit de saison	Fruit cuit <small>L</small>	Far aux pruneaux <small>L - O - G</small>
Soir	Velouté poireaux et pommes de terre <small>L</small>	Velouté de chou-fleur <small>C - L - ASS</small>	Potage de légumes <small>C</small>	Velouté de carottes <small>L - C - ASS</small>	Potage de semoule à l'ail <small>C - L - G</small>	Soupe de poisson et croustons <small>L - C - P - CR - G</small>	Potage de légumes <small>C</small>
	Flan d'aubergines <small>O - L - G</small>	Quenelles aux olives <small>L - O - G</small>	Crêpe au jambon <small>L - O - G</small>	Gnocchis, poulet et sauce tomate <small>G - L</small>	Quiche à la ratatouille <small>L - O - G</small>	Salade composée <small>M - ASS</small>	Omelette aux champignons <small>O - L</small>
	Salade verte <small>M - ASS</small>	Salade verte <small>M - ASS</small>	Salade verte <small>M - ASS</small>	Salade verte <small>M - ASS</small>	Salade verte <small>M - ASS</small>	****	Salade verte <small>M - ASS</small>
	Fromage > 150mg 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>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>	Fromage entre 100 et 150mg de calcium <small>L</small>
	Fruit cuit	Entremet - crème dessert <small>L</small>	Fruit de saison	Fruit de saison	Dessert lacté <small>L</small>	Dessert lacté <small>L</small>	Fruit de saison

Menus du 22 au 28 Septembre

Résidence Les Jardins –St Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de pâtes au thon <small>M - ASS - G - P</small>	Salade verte et croutons <small>M - ASS - L - G</small>	MENU CHARENTAIS Salade de pommes de terre aux noix, vinaigrette au Cognac <small>M - ASS - FC - L</small>	Salade de betteraves et maïs <small>M - ASS</small>	Salade de pois chiches <small>M - ASS</small>	Sardines <small>P - ASS</small>	Fonds d'artichauts farcis <small>L</small>
	Rôti de porc à l'échalotte <small>L - C</small>	Cordon bleu <small>S - G - L</small>	Poulet au Cognac <small>C - ASS - L - G</small>	Tagliatelles à la carbonara <small>L - O - G</small>	Filet de cabillaud <small>P - ASS</small>	Palette à la diable <small>M - ASS</small>	Sauté de bœuf aux olives <small>ASS - M</small>
	Piperade	Risotto au parmesan <small>L - C - ASS</small>	Petits légumes rôtis	****	Haricots verts persillés	Pommes de terre	Carottes en persillade
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium <small>L</small>	Fromage > 150mg 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>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>	Fromage > 150mg calcium <small>L</small>
	Fruit cuit	Entremet - crème dessert <small>L</small>	Gouéron Charentais <small>L - O - G - ASS</small>	Fruit de saison	Dessert lacté <small>L</small>	Fruit cuit	Choux à la crème <small>L - O - G</small>
Soir	Potage de légumes <small>C</small>	Potage de pâtes <small>G - C</small>	Velouté de cresson <small>L - C</small>	Soupe de lentilles <small>L - C - ASS</small>	Velouté de courgettes <small>L - C</small>	Velouté de carottes et pommes de terre <small>L - C - ASS</small>	Velouté d'épinards <small>L - C</small>
	Raviolis <small>G - O - C - L</small>	Jambon blanc <small>L</small>	Cake aux légumes et lardons <small>L - O - G</small>	Tomates farcies à la macédoine de légumes <small>M - ASS - O</small>	Riz au poulet et poivrons <small>I</small>	Clafoutis lardons et poireaux <small>L - O</small>	Quenelles sauce tomate <small>L - O - G</small>
	Salade verte <small>M</small>	Purée de carottes <small>L</small>	Salade verte <small>M - ASS</small>	****	Salade verte <small>M - ASS</small>	Salade verte <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 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 lacté <small>L</small>	Fruit de saison	Fruit cuit	Dessert lacté	Fruit de saison	Entremet - crème dessert <small>L</small>	Fruit de saison

Menus du 29 au 30 Septembre

Résidence Les Jardins –St Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de haricots verts et poivrons M - ASS	Feuilleté au chèvre L - O - G - M - ASS					
	Saucisse	Paupiette de veau au vin blanc ASS - S - G					
	Lentilles	Gratin de brocolis L - G					
	Fromage > 150mg calcium L	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L					
	Fruit cuit	Entremet - crème dessert L					
Soir	Soupe minestrone C - G - ASS	Potage à la tomate L - ASS - C					
	Oeufs brouillés, champignons et feta L - O	Parmentier de hareng fumé L - O - P					
	****	Salade verte M - ASS					
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium L	Fromage > 150mg calcium L					
	Dessert lacté L	Fruit de saison					