

# Menus du 01 au 07 Décembre

Résidence Le Moulin – Castillon du Gard

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de betteraves	Salade d'endives	Carottes râpées au citron	Salade verte et croutons	Emincé de chou rouge vinaigrette	Rosette et cornichon	Œufs mimosa
	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS - G - L	M - ASS	L - G - M - ASS	M - ASS - O
	Cuisse de poulet au curry ou aiguillettes	Tartiflette	Langue de bœuf sauce cornichons ou sauté de boeuf	Lasagnes aux légumes et viande hachée	Calamars à la sauce tomate ou filet de colin	Boulettes de bœuf aux olives	Choucroute
	M - ASS - C - S - FC - L - G - O	L - ASS	L - G - C - ASS - M - O - FC - S	L - G - ASS - C - O	P - MO - CR - L - ASS - C - G - S - M - O	M - ASS	ASS - L
	Flageolets à la provençale	****	Purée de pommes de terre	****	Riz créole	Endives braisées	****
		L	L - ASS		L	G - C	
	Bleu	Brie	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
	Crème vanille	Clémentines	Fruit cuit	Entremet / crème dessert	Fruit de saison	Dessert lacté	Tarte à la noix de coco
	L			L		L	L - G - O - FC - S
Soir	Soupe au pistou	Soupe de poisson	Potage de légumes	Velouté d'épinards	Velouté de légumes et pommes de terre	Velouté de carottes au kiri	Potage de semoule à l'ail
	L - G	L - C - P - CR	C	L - C	L - C	L - C - ASS	L - G - C
	Quenelles en gratin	Flan de potimarron au bleu	Nuggets de poulet	Quiche aux brocolis et fourme d'Ambert	Fondue de poireaux au poulet et vin blanc	Feuilleté de poisson	Aiguillettes de poulet au paprika
	L - G - O - P - CR - S - C - ASS - MO	L - O - G	S - C - G - M - ASS	L - O - G	L - ASS	L - O - P - CR - MO - G	ASS
	****	Salade verte	Salade verte	Salade verte	****	Salade verte	Gratin de blettes
		M - ASS	M - ASS	M - ASS		M - ASS	L - O - G
	Mimolette	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium
	L	L	L	L	L	L	L
	Compote	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit cuit	Dessert lacté	Fruit de saison	Entremet / crème dessert
			L		L		L

# Menus du 08 au 14 Décembre

Résidence Le Moulin – Castillon du Gard

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de lentilles aux échalotes	Poireaux vinaigrette	Avocat vinaigrette	Salade d'endives aux pommes	Salade de pommes de terre	Salade de chèvre chaud	Œufs mimosa au thon
	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	G - L	M - ASS - O - P
	Escalope de dinde viennoise ou sauté de dinde	Rôti de porc	Poisson meunière	Bœuf Bourguignon	Saumonette sauce aioli	Butternut farci	Sauté de veau à l'ancienne ou rôti ou paella
	O - G - L - G - M - ASS - FC - S	L - C	P - L - ASS - G - O	L - ASS	P - O	ASS	M - ASS - C - CR - MO - L - G
	Poêlée de légumes	Pâtes au beurre	Frites	Poêlée de pommes de terre, carottes, navets	Poêlée de légumes	Salade verte	Poêlée méridionale
	C	L - G		C - L	C	M - ASS	
	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium : Roquefort	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	Dessert lacté	Fruit de saison	Entremet / crème dessert	Fruit cuit	Charlotte aux fruits
	L		L		L		L - O - G
Soir	Soupe à l'oignon	Potage de légumes	Velouté de chou-fleur	Potage de vermicelles	Velouté de champignons	Velouté de carottes au curry	Velouté de potiron
	L - G - ASS - C	C	L - C - ASS	G - C	L - C - ASS	L - C - ASS	L - C - FC
	Tarte épinards et colin	Bouchée	Flan aux légumes	Gratin de poitiron au chorizo	Croque Monsieur ou brochettes de volaille	Œufs durs à la florentine ou omelette	Jambon de dinde
	L - O - G - P	S - G - ASS - C - M - FC - L - O - P - CR - MO	O - L	L	G - L - S - M - ASS	O - L	S
	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Gratin dauphinois
	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS	L - O
	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	Fruit cuit	Entremet / crème dessert	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit cuit
		L		L		L	



# Menus du 15 au 21 Décembre

## Résidence Le Moulin – Castillon du Gard

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade d'endives aux noix	Taboulé	Salade de museau ou mortadelle	Salade de pommes de terre	Salade de betteraves au maïs	Salade de pâtes aux crudités	Tarte aux légumes
	M - ASS - FC	G - ASS	M - ASS - L - FC	M - ASS	M - ASS	M - ASS - L - G	L - O - G
	Cuisse de poulet au four	Daube de bœuf	Rissolette de veau	Escalope de porc au miel ou rôti	Filet de colin au citron	Rôti de veau à l'ancienne	Sauté de dinde aux épices
		ASS - G	S - G	L - C - ASS	L - P - ASS	ASS - L - G	L - M - ASS - C
	Pommes de terre à l'étouffée	Carottes en persillade et pommes de terre	Poêlée de champignons	Fenouil braisé	Purée de pois cassés	Haricots verts en persillade	Cordiale de légumes
				ASS	L - G - C		
	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
	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Entremet / crème dessert	Fruit cuit	Dessert lacté	Salade de fruits frais
		L		L		L	
Soir	Velouté de haricots verts	Velouté de courge	Velouté de légumes	Velouté de brocolis	Soupe minestrone	Velouté de céleri	Velouté de pois chiches
	L - C - ASS	L - C - FC	C - L	L - C - ASS	G - C - ASS	L - C	
	Roulé jambon et poireaux	Petits pois carottes aux lardons	Rôti de dindonneau froid et moutarde	Dahl de lentilles aux épices	Poêlée de légumes mijotés au poulet	Gratin de poisson blanc et poireaux	Omelette aux champignons
	L	*	M - ASS - L - S		M - C - ASS	L - P	L - O
	****	****	Gratin de salsifis	****	****	****	Salade verte
			L - G				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
	Entremet / crème dessert	Fruit cuit	Dessert lacté	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Entremet / crème dessert
	L		L		L		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

# Menus du 22 au 28 Décembre

Résidence Le Moulin – Castillon du Gard

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	<b>Chou-rouge viniagrette ou salade de betteraves</b>	<b>Carottes râpées</b>	<b>Salade de pommes de terre</b>	<b><u>Menu de Noël</u></b>	<b>Salade de riz</b>	<b>Salade verte et emmental</b>	<b>Œufs mimosa</b>
	M - ASS	M - ASS	M - ASS	<b>Foie gras ou mousse de canard</b> L - O - G	M - ASS	L - M - ASS	M - ASS - O
	<b>Cuisse de poulet sauce chasseur</b>	<b>Lasagnes à la bolognaise</b>	<b>Œufs durs à la florentine</b>		<b>Blanquette de la mer</b>	<b>Chili con carne</b>	<b>Daube de bœuf</b>
	C - M - G - L - S	L - G	O - L	<b>Cuisse de pintade ou poulet aux marrons</b> L - ASS - G - C	P - CR - MO - L - O - G - C - ASS	C - L	ASS - G
	<b>Pâtes au beurre</b>	<b>****</b>	<b>****</b>		<b>Carottes sautées</b>	<b>Riz créole</b>	<b>Julienne de légumes</b>
	L - G			<b>Ecrasé de pommes de terre</b> L		L	C
	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage et mâche</b> L - M - ASS	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>	<b>Fromage entre 100 et 150mg de calcium</b>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>
	L	L	L	<b>Buche maison</b> L - O - G - S - FC - ASS	L	L	L
	<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Salade de fruits</b>		<b>Dessert lacté</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Mousse aux fruits rouges</b>
	L				L		L - O - G - S
Soir	<b>Velouté de carottes</b>	<b>Potage de pâtes</b>	<b><u>Menu de Noël</u></b>	<b>Potage de haricots verts</b>	<b>Potage de légumes</b>	<b>Potage de semoule</b>	<b>Velouté d'épinards</b>
	L - C - ASS	G - C		L - C - ASS	C	L - C - G	L - C
	<b>Endives au jambon</b>	<b>Clafoutis aux brocolis et ricotta</b>		<b>Pizza au thon</b>	<b>Curry de poulet au blé</b>	<b>Chou farci</b>	<b>Omelette</b>
	L	O - L		L - G - P	G - L	G - S - L	L - O
	<b>****</b>	<b>Salade verte</b>		<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade verte</b>
		M - ASS		M - ASS	M - ASS	M - ASS	M - ASS
	<b>Fromage entre 100 et 150mg de 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>	<b>Fromage &gt; 150mg calcium</b>
	L	L		L	L	L	L
	<b>Fruit cuit</b>	<b>Dessert lacté</b>	<b>Dessert de Noël</b> L - O - G - S - FC - ASS	<b>Dessert au choix</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Entremet - crème dessert</b>	<b>Fruit de saison</b>
		L				L	

# Menus du 29 au 31 Décembre

Résidence Le Moulin – Castillon du Gard

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Fenouil en salade	Roulé aux fromages	Brick au chèvre et salade verte				
	M - ASS	L - O - G	L - G - S - M - ASS				
	Echine de porc sauce au poivre	Paupiette de dinde	Sauté de dinde Marengo				
	L - C - G - ASS	M - G - C - S	ASS - G				
	Purée de pommes de terre	Tombée carottes et topinambours	Haricots verts sautés				
	L - ASS	C					
	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium				
	L	L	L				
	Fruit cuit	Dessert lacté	Fruit de saison				
		L					
Soir	Soupe de lentilles	Velouté de poireaux	<u>Menu du Nouvel an</u>				
	L - C - ASS	L	Soupe à l'oignon, croutons et emmental L - C - G - ASS				
	Crumble de chou-fleur et carottes	Gratin de coquillettes, jambon et champignons	Bouchée de brisures de saumon L - O - G - M - ASS - P - FC				
	L - G	L - O - G	Salade de mâche M - ASS				
	****	****	Fromage à la coupe L				
			Verrine L - O - G - FC - S - ASS				
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium					
	L	L					
	Entremet / crème dessert	Fruit de saison					
	L						