

Menus du 01 Mars

Résidence Saint Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi							Salade à l'ananas et au thon
							L-P-ASS
							Alouette de bœuf sauce moutarde
							C-G-ASS-M-S
							Gratin dauphinois
							O - L
							Fromage entre 100 et 150mg de calcium
							L
							Eclair au chocolat
							L-G-O-S
Soir							Velouté de champignons
							L - C - ASS
							Tarte aux poireaux
							L-O-G
							Salade verte
							M - ASS
							Fromage > 150mg calcium
							L
							Fruit de saison

Menus du 02 au 08 Mars

Résidence Saint Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de céleri et dés de pommes	Salade de pâtes	Salade de crudités	Friand au fromage	Poireaux vinaigrette	Sardines à la tomate	Salade d'endives aux anchois
	M - ASS - C	G-M-ASS-L	M - ASS	L-O-G	M-ASS	P - ASS	M-ASS-P
	Rôti de porc dans l'échine au jus	Omelette	Lasagnes à la bolognaise	Aiguillettes de poulet au curry	Poisson à la bordelaise	Daube de bœuf	Couscous
	L - C	O - L	L-G-ASS-C-O	M - ASS - C - L	P-L-ASS-G	G-ASS	G-C
	Lentilles	Gratin de brocolis	****	Haricots plats	Pommes de terre en persillade	Gratin de salsifis	****
		L - G			L - G - C	L - G	
	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium
	L	L	L	L	L	L	L
	Fruit cuit	Dessert lacté	Fruit de saison	Entremet / crème dessert	Fruit de saison	Dessert lacté	Baba au rhum
		L		L		L	L - O - G - S - ASS
Soir	Soupe minestrone	Velouté de choux fleurs	Bouillon de vermicelles	Velouté de légumes	Velouté pommes de terre / brocolis	Potage de courges	Potage à l'ail
		L-C	G - C	L-C	L-C-ASS	L-C	L-C-ASS
	Coquille de poisson	Risotto de volaille aux champignons	Jambon blanc	Pois chiches à l'orientale	Œufs durs mimosa	Quiche aux légumes et chèvre	Clafoutis colin poireaux
	P - L - CR - MO - G - O	L - C - ASS	L	C - ASS	O - M - ASS	L-O-G	O-P-L
	Epinards à la crème	Salade verte	Fenouil braisé	****	Crumble de potimarron	Salade verte	Salade verte
	L	M - ASS	ASS		L - G	M - ASS	M - ASS
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	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
	L	L	L	L	L	L	L
	Entremet / crème dessert	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit cuit	Fruit de saison
	L		L		L		

Menus du 09 au 15 Mars

Résidence Saint Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade piémontaise	Pomelos	Salade verte au chèvre	Salade de chou-rouge et dés de pommes	Saucissons et cornichons	Céleri rémoulade	Flan de carottes sauce ciboulette
	O-M-ASS		M - ASS - L	M - ASS	L-G-M-ASS	O-M-ASS-C	L-O-M-ASS
	Œufs durs sauce Aurore	Osso Buco de dinde	Endives au jambon	Tripes	Filet de lieu sauce champignons	Paleron de bœuf sauce piquante	Cuisse de lapin sauce vin blanc
	O - L - G - M	G-C-ASS	L	C-ASS	P-L-ASS-G	G-ASS-M	ASS
	Poêlée de légumes persillés	Semoule au beurre	****	Polenta sauce tomate	Cœur de laitue en gratin	Penne à l'huile d'olive	Navets rissolés ail et persil
	C	L - G		L	L-O	G	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
	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison	Fruit cuit	Entremet / crème dessert	Fruit de saison	Tarte au citron meringuée
		L			L		L - O - G
Soir	Velouté de carottes	Potage de vermicelles	Velouté de légumes	Velouté de haricots verts	Velouté de citrouille	Soupe de poisson	Velouté de brocolis
	L-C-ASS	L - C - ASS	C - L	L-C-ASS	L-C	L - C - P - CR	L-C-ASS
	Cake aux lardons	Gratin de blettes	Vol au vent à la brandade de morue	Pizza 4 saisons	Gratin de patate douce au poulet et coriandre	Cordon bleu	Raviolis à la tomate
	L-G-O	L - O - G	L - C - ASS - P - CR - G - O	L-G	L-S-G	L - S - G	G-O-L-C
	Salade verte	****	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Fondue de poireaux	Salade verte
	M - ASS		M - ASS	M - ASS	M - ASS	L - ASS - M	M - ASS
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	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
	Dessert lacté	Fruit de saison	Fruit cuit	Entremet / crème dessert	Fruit de saison	Dessert lacté	Fruit de saison
	L			L		L	

Menus du 16 au 22 Mars

Résidence Saint Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade verte et croutons	Houmous	Haricots verts aux oignons	Salade de chèvre chaud	Salade de cœur de palmier	Œufs en gelée	Salade d'endives aux noix
	M-ASS-L-G	G - ASS - L	M - ASS	L- G	M-ASS	O-C-G	M-ASS-FC
	Rôti de porc à la moutarde	Filet de poulet au jus	Tartiflette	Joue de porc	Pavé de saumon à l'aneth	Chipolatas	Sauté de dinde au lait de coco
	C-G-ASS-M	L-C	L - ASS	ASS	L - ASS - P		L - M - ASS
	Petits pois	Gratin de panais	****	Carottes sautées	Pâtes au beurre	Julienne de légumes	Riz créole
		L - G			L-G	C	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
	Fruit cuit	Tiramisu	Dessert lacté	Fruit de saison	Entremet / crème dessert	Fruit de saison	Millefeuille
		L - O - G - S	L		L		L-G
Soir	Soupe minestrone	Potage de légumes	Soupe à l'ail	Velouté de chou-fleur	Potage de pâtes	Velouté de courgettes et Saint More	Velouté de poireaux et pommes de terre
	G-C-ASS	C	L - C - ASS	L-C-ASS	G-C	L-C	L
	Chou farci	Pâtes aux fruits de mer	Œufs cocote	Riz aux poivrons à la crème et émincé de poulet	Quiche aux brocolis	Quenelles tomate en gratin	Röstis et jambon
	ASS - G - C - L	L-G-P-CR-MO	O-L	L	L-G-O	G - L - O - ASS - C	L - P - M - O - G
	****	****	Pôelée méditerranéenne	****	Salade verte	Salade verte	Salade verte
	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium	C Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	M-ASS Fromage entre 100 et 150mg de calcium	M-ASS Fromage > 150mg calcium	M-ASS Fromage entre 100 et 150mg de calcium
	L	L	L	L	L	L	L
	Entremet / crème dessert	Fruit de saison	Banane	Dessert lacté	Fruit de saison	Entremet / crème dessert	Fruit cuit
	L			L		L	

Menus du 23 au 30 Mars

Résidence Saint Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi 1 ^{er}	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Taboulé	Fenouil en salade	MENUS MARSEILLAIS	Terrine de légumes sauce ciboulette	Carottes râpées vinaigrette	Samoussas aux fromages	Salade de betteraves aux noix
	G - ASS	M-ASS	Tapenade d'olives noires au fromage frais L - G	L - C - O - M - ASS	M - ASS	L - G - S - M - ASS	M - ASS - FC
	Sauté de bœuf au paprika	Poulet aux épices	Bouillabaisse, rouille et pain grillé C - ASS - P - CR - MO - G - O - M	Jambon braisé Madère	Moules	Oeufs durs à la florentine	Ragout de porc
	ASS	L - M - ASS - C		L-G-ASS	MO - L - ASS - G	O - L	L - ASS
	Haricots beurre sautés	Riz créole		Poireaux caramélisés	Frites	****	Pâtes au beurre
		L		L			L - G
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium L	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium	Fromage > 150mg calcium
	L	L		L	L	L	L
	Fruit de saison	Entremet / crème dessert	Brîochettes de Marseille à la fleur d'oranger L - O - G - ASS	Dessert lacté	Fruit cuit	Entremet / crème dessert	Profiteroles au chocolat
		L		L		L	L - O - G
Soir	Soupe de pois chiches	Potage de vermicelles	Soupe à l'oignon	Soupe au pistou	Velouté de courgettes	Velouté de butternut	Potage de semoule
		G - C	L - C - G - ASS	L-G	L-C	L - C - FC	L - C - G
	Gratin d'asperges	Omlette au fromage	Croque Monsieur	Rissolette de veau	Gratin de panais et poulet	Vol au vent de la mer	Tarte aux épinards et gruyère
	L - C - ASS	O - L	L - G	S - G	L - S - G	P - L - G - O - MO - CR	O-L-G
	Salade verte	Fonds d'artichauts farcis aux herbes de Provence	Salade verte	Purée de lentilles	Salade verte	Salade verte	Salade verte
	M-ASS	L	M-ASS	L - G - C	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 entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium
	L	L	L	L	L	L	L
	Entremet / crème dessert	Fruit cuit	Fruit de saison	Dessert lacté	Entremet / crème dessert	Fruit cuit	Fruit de saison
	L			L	L		

Menus du 30 au 31 Mars

Résidence Saint Quentin la Poterie

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi 1 ^{er}	Vendredi	Samedi	Dimanche
Midi	Salade de riz à la provençale	Emincé de chou-rouge et noix					
	M - ASS	M - ASS - FC					
	Steak haché de veau	Sauté de dinde forestière					
		L - ASS - G - C					
	Jardinière de légumes	Pommes de terre vapeur et noix de beurre					
		L					
	Fromage > 150mg calcium	Fromage entre 100 et 150mg de calcium					
	L	L					
	Fruit de saison	Entremet / crème dessert					
		L					
Soir	Velouté de légumes	Soupe minestrone					
	L - C	C - G - ASS					
	Gratin de polenta, petits pois et coulis de tomates	Poêlée de légumes aux lardons					
	L - G - ASS - S	M - C - ASS					
	****	****					
	Fromage entre 100 et 150mg de calcium	Fromage > 150mg calcium					
	L	L					
	Dessert lacté	Fruit de saison					
	L						