

MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU 4 AU 8 SEPTEMBRE 2017

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTREES

Salade de cœur de palmier

Courgette râpée

Melon

Salade piémontaise

Concombre

Jus d'orange mangue et framboise

Pastèque

Salade verte aux croustons

Terrine de tomate au fromage blanc

Macédoine mayonnaise

Radis roses

Cake au jambon

PLATS DU JOUR

Cuisse de poulet aux herbes de Provence

Penne chou fleur et lentilles à la tomate et fromage

Marmite de poisson à l'orientale

Pizza reine
Roti de dinde froid et ketchup

Cheeseburger maison

Hamburger de poisson
Rôti de veau sauce chasseur

Sauté de dinde au romarin

Parmentier de thon à la provençale

ACCOMPAGNEMENTS

Brocolis

Penne

Blé tendre

Purée d'épinards

Frites

Petit pois

Purée de pomme de terre

Ratatouille

LAITAGES

Yaourt nature

Edam
Fromage frais froidou

Salade verte

Yaourt nature

Petit moulé
Saint Paulin

Yaourt nature

Petit cotentin
Camembert

Yaourt nature

Bleu
Vache Grosjean

DESSERTS

Corbeille de fruits

Milkshake à la vanille

Semoule au lait à la cannelle

Corbeille de fruits

Cake aux pêches et à la menthe

Mousse au citron
Salade de fruit frais

Cake à la vanille et crème cola
Cône vanille fraise

Corbeille de fruits
Dips de pomme au caramel

Corbeille de fruits

Lacté chocolat
Smoothie qui à la pêche
Tarte Alsacienne

NOUVELLE RECETTE

CAKE À LA VANILLE CRÈME COLA

A FOND L'ÉQUILIBRE



SUGGESTIONS ÉQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE



MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU 11 AU 15 SEPTEMBRE 2017

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTREES

Céleri rémoulade

Pomme de terre et pesto

Jus de raisin pommes et griottes

PLATS DU JOUR

Gratin aux fruits de mer

Saucisse de Strasbourg

ACCOMPAGNEMENTS

Epinards hachés béchamel

Lentilles

LAITAGES

Gouda

Fromage frais demi sel

Yaourt nature

DESSERTS

Corbeille de fruits
Compote de pomme aux cassis et mousse de cassis

Mousse praliné

Roulé a la framboise

Salade de pâte au curry

Piperade froide

Melon vert

Gigot à l'ail

Sauté de dinde au curry

Quiche lorraine

Cordiale de légume

Purée de pomme de terre
Salade verte

Petit cotentin

Tomme grise

Yaourt nature

Corbeille de fruits

Tartelette caramel chocolat
Compote allégée pomme fraise
Yaourt aromatisé

Radis roses

Salade de pois chiche

Tartine œuf et ciboulette

Omelette au fromage

Wings de poulet sauce barbecue

Gratin d'épinard et pommes de terre aux dès de brebis

**Riz pilaf
Carottes au thym**

Cantafrais

Saint Bricet

Yaourt nature

Corbeille de fruits
Compote allégée pomme

**Gâteau au yaourt
Smoothie fraise et pastèque**

Fenouil en salade

Taboulé au boulgour

Tarte aux tomates et moutarde

Filet de hoki sauce citron

Jambon sauce madère

Macaroni

Crumble de courgettes

Mimolette
Fondue vache Picon
Yaourt nature

Corbeille de fruits

Compote allégée pomme
Crêpe au chocolat
Milk shake à la vanille

NOUVELLE RECETTE

TARTE AU CHOCOLAT CARAMEL

A FOND L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE



MENU DE LA SEMAINE

Semaines du
MANGEONS LOCAL
PARIS ÎLE-DE-FRANCE

SOYEZ LES AMBASSADEURS
DU MANGEONS LOCAL !

DU 16 SEPT. AU 8 OCT. 2017

SEMAINE DU 18 AU 22 SEPTEMBRE 2017

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTREES

Tsatsiki concombre menthe

Tomates

Œuf dur sauce cocktail

Tajine de dinde

Croustillant de poisson

Poêlée d'été

Semoule

Yaourt nature
*Produit en Ile de France
Ferme Viltain*

Gouda

Rondelé nature
Flan nappé au caramel

Corbeille de fruits

Roulé à la myrtille
Smoothie pommes et framboises

Pastèque

Salade verte mimolette

Salade de hareng PDT

Rôti de bœuf sauce bordelaise

Tortilla campesina
Gratin de pâte charcutier

Cavatappi

Céleris béchamel gratinés
Salade verte

Yaourt nature
*Produit en Ile de France
Ferme Viltain*

Camembert

Fromage frais demi-sel

Barre bretonne crème anglaise

Corbeille de fruits
Dips de pomme au caramel

Fromage blanc à la gelée de groseille

Concombre

Taboulé

Pâté de campagne

Boulettes de bœuf sauce provençale

Quiche saumon épinards

Plat régional

Crumble d'aubergines

Pomme de terre rissolées
Salade verte

Yaourt nature
*Produit en Ile de France
Ferme Viltain*

Petit moulé

Tomme noire
Corbeille de fruits

Entremet praline

Salade de fruits frais
Tarte clafoutis pomme et cassis

Duo de courgette oignon rouge

Riz à la niçoise

Melon jaune d'Espagne

Filet de colin lieu sauce basquaise

Saucisse de Toulouse

Haricots lingot sauce tomate

Haricots verts persillés

Yaourt nature
*Produit en Ile de France
Ferme Viltain*

Bleu

Croc'lait
Compote allégée pomme banane

Corbeille de fruits

Lacté au chocolat
Moelleux au citron

PLATS DU JOUR

ACCOMPAGNEMENTS

LAITAGES

DESSERTS



NOUVELLE RECETTE

L'EQUILIBRE



EQUILIBRE

SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

MENU DE LA SEMAINE

MANGEONS LOCAL
PARIS ÎLE-DE-FRANCE

SOYEZ LES AMBASSADEURS
DU MANGEONS LOCAL !
DU 16 SEPT. AU 8 OCT. 2017

SEMAINE DU 25 AU 29 SEPTEMBRE 2017

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTREES

Betterave cuite
Carottes râpées au citron

Friand au fromage

Concombre à la menthe
Salade de tomate et de fonds d'artichaut

Cake de Bombay
(pois chiche, curry, aubergine)

Taboulé

Salade verte aux croûtons

Terrine de tomate au fromage blanc
Salade verte aux croûtons

Salade de riz caraïbes

Salade de tomates

Pastèque

PLATS DU JOUR

Omelette aux fines herbes

Cuisse de poulet rôti aux herbes de Provence

Filet de maquereau sauce aigre douce
Pizza Margherita épaule

Sauté de dinde sauce paprika

Chipolatas

Bouchée paysanne

Filet de poisson sauce crevette

ACCOMPAGNEMENTS

Frites

Ratatouille

Brocolis

Riz pilaf

Tarte à l'oignon
Carottes persillées

Purée de pomme de terre

Courgettes béchamel

Spaghettinis

LAITAGES

Yaourt nature

*Produit en Ile de France
Ferme Viltain*

Salade verte
Yaourt nature

*Produit en Ile de France
Ferme Viltain*

Salade verte
Yaourt nature
*Produit en Ile de France
Ferme Viltain*

Yaourt nature
*Produit en Ile de France
Ferme Viltain*

DESSERTS

Fromage frais demi-sel

Saint Nectaire AOC

Corbeille de fruits

Fromage blanc aux myrtilles

Poire au chocolat
Cône vanille fraise

Coulommiers

Petit cotentin

Corbeille de fruits

Dips de pomme au cassis

Entremets caramel
Tarte aux pêches

Cantafrais

Mimolette

Corbeille de fruits

Cake à la noix de coco et chocolat

Mousse au citron
Salade de fruits frais

Emmental
Fondu vache qui rit riche en calcium

Corbeille de fruits

Compote pomme fraise et mousse au chocolat
Crème légère vanille

Gâteau basque

NOUVELLE RECETTE

SERVICES DE QUALITE DE VIE

