

# Menu santé du mois de Mai 2023

	Lundi 1er Mai	Mardi 2 Mai	Mercredi 3 Mai	Jeudi 4 Mai	Vendredi 5 Mai Repas végétarien	Samedi 6 Mai	Dimanche 7 Mai
<b>Midi</b>	<u>Fermeture CAO : repas hébergement</u> ✓ Salade de tomates ✓ Steak de veau ✓ Salsifis ✓ Fromage allégé ✓ Salade de fruits	✓ Chou rouge râpé ✓ Filet de poulet ✓ Riz et champignons ✓ Yaourt nature Pas de pain	<u>Anniversaire : Meddy</u> ✓ Salade d'endives aux noix ✓ Rôti de porc ✓ Poêlée de légumes ✓ Panna Cotta coco-mangue Pas de pain	✓ Salade de betteraves ✓ Steak ✓ Frites et tomates provençales ✓ Fruit Pas de pain	✓ Salade de concombres ✓ Ravioles Ricotta-épinards ✓ Faisselle Pas de pain	✓ Salade et cœurs de palmiers ✓ Rôti de dinde ✓ Semoule et ratatouille ✓ Compote Pas de pain	✓ Avocat vinaigrette ✓ Grillade de porc ✓ Brocolis ✓ Crème
<b>Soir</b>	❖ Salade verte ❖ Brandade de morue ❖ Fromage blanc Pas de pain	❖ Mâche ❖ Steak haché ❖ Carottes persillées ❖ Fruit	❖ Salade verte et tomates cerise ❖ Bouchée à la Reine ❖ Chèvre ❖ Compote Pas de pain	❖ Salade verte ❖ Jambon blanc ❖ Macédoine de légumes ❖ Emmental ❖ Fruit	❖ Tomate farcie ❖ Salade composée ❖ Salade de fruits	❖ Salade d'endives ❖ Brochette de poisson ❖ Gratin de chou-fleur ❖ Yaourt nature	❖ Gaspacho ❖ Tarte aux poireaux ❖ Salade verte ❖ Fruit Pas de pain
	Lundi 8 Mai	Mardi 9 Mai Repas végétarien	Mercredi 10 Mai	Jeudi 11 Mai	Vendredi 12 Mai	Samedi 13 Mai	Dimanche 14 Mai
<b>Midi</b>	<u>Fermeture CAO : repas hébergement</u> ✓ Salade composée ✓ Escalope de poulet ✓ Petits pois-carottes ✓ Yaourt nature Pas de pain	✓ Salade verte et pousses de soja ✓ Lasagne à la provençale ✓ Fruit Pas de pain	✓ Céleri vinaigrette ✓ Palette à la Diable ✓ Purée de légumes ✓ fromage ✓ Compote	<u>Anniversaires : Marie-Alice et Céline B</u> ✓ Betteraves sur salade ✓ Rôti de dinde ✓ Gratin de chou-fleur ✓ Framboisier Pas de pain	✓ Carottes râpées ✓ Poisson ✓ Poêlée Méridionale ✓ Chèvre ✓ Fruit	✓ Salade verte ✓ Barbecue ✓ Crudités ✓ Salade d'orange	✓ Asperges sur salade ✓ Rôti de dindonneau ✓ Gratin de légumes ✓ Crème brûlée
<b>Soir</b>	❖ Salade verte ❖ Pavé de poisson à la Bordelaise ❖ Haricots Beurre ❖ Salade de fruits	❖ Mâche ❖ Escalope de dinde ❖ Jardinière de légumes ❖ Crème dessert	❖ Mâche ❖ Tartine chèvre, tomates et aubergines ❖ Fromage blanc Pas de pain	❖ Gaspacho ❖ Quiche Lorraine ❖ Salade verte ❖ Fromage blanc Pas de pain	❖ Mâche ❖ Steak haché ❖ Riz et poivrons ❖ Faisselle Pas de pain	❖ Pain Bagnat ❖ Salade verte ❖ Yaourt nature Pas de pain	❖ Lasagne Bolognaise ❖ Salade verte ❖ Fromage ❖ Fruit Pas de pain
	Lundi 15 Mai Repas végétarien	Mardi 16 Mai	Mercredi 17 Mai	Jeudi 18 Mai	Vendredi 19 Mai	Samedi 20 Mai	Dimanche 21 Mai
<b>Midi</b>	✓ Salade verte ✓ Frittata de tomates ✓ Fromage ✓ Compote	<u>Anniversaire : Jonathan et Vural</u> ✓ Chou râpé ✓ Rôti de bœuf ✓ Haricots verts ✓ Tarte Normande Pas de pain	✓ Salade verte et pousses de soja ✓ Poulet rôti ✓ Frites et poivrons grillés ✓ Yaourt nature Pas de pain	<u>Fermeture Cao : repas hébergement</u> ✓ Salade d'haricots verts ✓ Sauté de porc ✓ Poêlée de ratatouille ✓ Fromage ✓ Fruit	<u>Fermeture CAO : repas hébergement</u> ✓ Salade de tomates ✓ Poisson ✓ Ebly et petits légumes ✓ Fromage blanc Pas de pain	✓ Radis beurre ✓ Filet de dinde ✓ Carottes vichy ✓ Fruit	✓ Melon au jambon sec ✓ Gigot d'agneau ✓ Flageolets et tomates provençales ✓ Mousse au chocolat Pas de pain
<b>Soir</b>	❖ Salade verte ❖ Pavé de saumon ❖ Riz et courgettes poêlées ❖ Yaourt nature Pas de pain	❖ Mâche ❖ Rissole de veau ❖ Poêlée du Marché ❖ Comté ❖ Fruit	❖ Salade d'endives ❖ Knaki ❖ Purée de carottes ❖ Compote	❖ Salade verte ❖ Blanc de dinde ❖ Taboulé ❖ Fromage blanc Pas de pain	❖ Omelette au fromage ❖ Salade composée ❖ Salade de fruits	❖ Croque-Monsieur ❖ Salade verte ❖ Yaourt nature Pas de pain	❖ Moussaka ❖ Salade verte et dès d'emmental ❖ Fruit
	Lundi 22 Mai	Mardi 23 Mai	Mercredi 24 Mai Repas végétarien	Jeudi 25 Mai	Vendredi 26 Mai	Samedi 27 Mai	Dimanche 28 Mai
<b>Midi</b>	✓ Salade de tomates ✓ Escalope de porc ✓ Lentilles et champignons ✓ Yaourt nature Pas de pain	<u>Repas à thème : Mexique</u> <u>Anniversaire : Amira</u> ✓ Cocktail ✓ Salade verte ✓ Chili Con Carné ✓ Gâteau Mexicain	✓ Carottes râpées ✓ Œufs durs à la Florentine ✓ Fromage ✓ Fruit	✓ Salade verte et cœurs de palmiers ✓ Filet de poulet ✓ Poêlée campagnarde ✓ Faisselle	✓ Salade de concombres ✓ Poisson ✓ Carottes Vichy ✓ Edam ✓ Salade de fruits	✓ Radis ✓ Brochette ✓ Pommes de Terre à la braise ✓ Légumes grillés ✓ Glace Pas de pain	✓ Avocat vinaigrette ✓ Bavette à l'échalote ✓ Haricots Beurre ✓ Fruit
<b>Soir</b>	❖ Salade composée ❖ Dos de colin ❖ Julienne de légumes ❖ Fruit	❖ Salade verte et tomates cerise ❖ Cornet de jambon de poulet à la Macédoine ❖ Chèvre ❖ Fruit	❖ Mâche ❖ Rôti de porc ❖ Semoule et ratatouille ❖ Fromage blanc Pas de pain	❖ Aubergine farcie ❖ Salade verte et Feta ❖ Fruit	❖ Gaspacho ❖ Flamenküche ❖ Salade verte ❖ Yaourt nature Pas de pain	❖ Salade verte ❖ poisson ❖ Salade de tomates ❖ Fromage ❖ Salade d'oranges	❖ Crêpes farcies ❖ Salade verte ❖ Yaourt nature Pas de pain
	Lundi 29 Mai	Mardi 30 Mai	Mercredi 31 Mai	Jeudi 1 <sup>er</sup> Juin Repas végétarien	Vendredi 2 Juin	Samedi 3 Juin	Dimanche 4 Juin
<b>Midi</b>	<u>Fermeture CAO : repas hébergement</u> ✓ Salade verte ✓ escalope ✓ Pâtes et champignons ✓ Fromage blanc Pas de pain	✓ Salade de betteraves ✓ Sauté de veau ✓ Haricots verts ✓ Fromage ✓ Fruit	✓ Céleri vinaigrette ✓ Steak ✓ Frites et tomates provençales ✓ Yaourt nature Pas de pain	<u>Anniversaire : Morgan L et Mathieu</u> ✓ Salade de tomates ✓ Couscous Végétarien ✓ Crème dessert chocolat	✓ Chou blanc râpé ✓ Poisson ✓ Gratin de blettes ✓ Bavarois à la fraise Pas de pain	✓ Salade composée ✓ Barbecue ✓ Röstis de légumes ✓ Yaourt nature Pas de pain	✓ Avocat vinaigrette ✓ Rôti de porc ✓ Chou Romanesco ✓ Fromage ✓ Fraises
<b>Soir</b>	❖ Salade de tomates ❖ Poisson ❖ Ratatouille ❖ Salade de fruits	❖ Mâche ❖ Filet de poulet ❖ Riz et courgettes poêlées ❖ Yaourt nature Pas de pain	❖ Poivron farci ❖ Salade verte ❖ Fruit	❖ Salade verte ❖ Rosbeef ❖ Crudités ❖ Fromage ❖ Compote	❖ Salade composée ❖ Steak haché de veau ❖ Poêlée campagnarde ❖ Faisselle	❖ Gaspacho ❖ Tarte à la provençale ❖ Salade d'endives ❖ Fruit Pas de pain	❖ Cannelloni gratiné ❖ Salade verte ❖ Petit pot de glace Pas de pain