

MENU DE LA SEMAINE

DÉJEUNERS DU 24
AU 28 Septembre 2018

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Cubes de betterave
Carottes râpées au citron

Friand au fromage

Filet de colin lieu sauce citron

Jambon fumé grillé

Purée de pomme de terre

Ratatouille

Yaourt nature

Fromage frais demi-sel
Saint Nectaire AOC

Corbeille de fruits

Fromage blanc aux myrtilles

Poire au chocolat

Cône vanille fraise

Concombre à la menthe

Tomates et fonds d'artichaut en
salade

Macédoine à la sauce mayonnaise

Bœuf façon Lomo Saltado

Moules marinières

Haché au veau au cheddar

Brocolis

Frites

Tomme noire

Yaourt nature
Petit cotentin

Corbeille de fruits

Smoothie à la pomme poires et
ananas

Entremets au caramel

Mille-feuille

Coquillettes au pistou

Chou fleur sauce ravigote

Soupe froide melon et basilic

Gigot d'agneau rôti à l'ail

Filet de poisson meunière et citron

Mélange 5 céréales

Haricots verts

Yaourt nature

Saint Bricet
Coulommiers

Corbeille de fruits

Compote allégée poire

Milk shake à la fraise

Gâteau Basque

Taboulé à la menthe

Salade verte et dés de mimolette

Terrine de tomate au fromage blanc

Sauté de dinde sauce paprika

Pizza royale

Spaghettini à la sauce façon
bolognaise de lentilles

Carottes persillées

Spaghettini

Salade verte

Yaourt nature

Cantafrais
Mimolette

Corbeille de fruits

Cake à la noix de coco et chocolat

Mousse au citron

Salade de fruits frais

Salade de riz caraïbes

Tomates

Pastèque

Bouchée paysanne

Poisson sauce crevette

Courgettes béchamel

Riz créole

Yaourt nature

Emmental
Vache qui rit

Corbeille de fruits

Compote pomme fraise et mousse au
chocolat

Crème légère vanille

Roulé à la framboise



NOUVELLE
RECETTE

Spaghettini à la sauce façon
bolognaise de lentilles

A FOND
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS
EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

MENU DE LA SEMAINE

DÎNERS DU 24 AU 28 SEPTEMBRE 2018

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Champignons à la Grecque

Fenouil en salade

Tartine surimi paprika

Omelette au fromage

Torti au potiron et carottes mozzarella

Epinard en branche béchamel

Torti

Yaourt nature

Bleu

Corbeille de fruits

Salade de fruits frais

Riz au lait

Melon type Charentais

Salade piémontaise

Jus d'orange mangue et framboise

Assiette de rôti de bœuf en chiffonnade

Croc baguette méditerranée

Petit pois

Polenta à la sauce tomate

Salade verte

Yaourt nature

Buchette lait de mélange

Corbeille de fruits

Eclair au chocolat

Yaourt aromatisé

Courgettes sauce bulgare

Radis roses

Pâté en croute

Poisson blanc sauce curry

Haché au bœuf sauce barbecue

Bettes sauce provençale

Riz cantonais

Yaourt nature

Gouda

Corbeille de fruits

Fromage blanc banane coco

Dessert bar

Pomme de terre à la ciboulette

Cubes de betteraves

Tomate concasse maïs chips tortilla

Saucisse de Toulouse

Purée façon aligot

Yaourt nature

Tomme blanche

Corbeille de fruits

Compote allégée pomme fraise

Milkshake au chocolat



NOUVELLE
RECETTE

A FOND
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS
EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

MENU DE LA SEMAINE

DÉJEUNERS DU 01 AU 05 Octobre 2018

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Carottes en bâtonnets	Concombre rondelles Pomme de terre à la ciboulette	Champignons à la grecque	Macédoine à la sauce mayonnaise Céleri râpé aux raisins	Haricots verts aux échalotes Radis roses
Salade de cœurs de palmier Tartine, chèvre mâche	Rillettes de sardine au céleri	Salade verte et mimolette Cake à la Grecque	Soupe froide petits pois et bouillon de volaille	Saucisson à l'ail
Beignets de calamars Côte de porc grillée	Daube de bœuf à la Provençale Tarte au fromage Haché au veau sauce tomate	Couscous merguez Crispidor au fromage	Colombo de dinde Croque monsieur jambon de dinde vaque qui rit et tomate Coquillettes et poisson en gratin	Filet de hoki sauce Armoricaïne Haché de poulet sauce aigre douce
Bouquetière de légumes Lentilles	Epinards en branche Riz créole	Purée de potiron gratinée Semoule	Coquillettes Fondue de poireaux Salade verte	Ratatouille Blé
Yaourt nature Cantafrais Saint Paulin	Yaourt nature Gouda Petit cotentin	Yaourt nature Croc lait Emmental	Yaourt nature Vache picon Coulommiers	Yaourt nature Tomme noire Petit moulé
Corbeille de fruits Compote allégée pomme abricot	Corbeille de fruits Crumble à la poire et aux amandes	Corbeille de fruits Pomme au four	Corbeille de fruits Dips de pomme et crème aux fruits rouges	Corbeille de fruits Compote allégée de pomme
Gaufre Liegeoise Milk shake au chocolat	Salade de fruits frais Yaourt aromatisé	Entremets flan saveur pralinée Moelleux au citron	Gâteau au chocolat Fromage blanc et brisures d'Oréo	Flan saveur vanille nappé au caramel Tartelette au fromage blanc



NOUVELLE
RECETTE

Poisson blanc
coquillettes au gratin

A FOND
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS
EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

MENU DE LA SEMAINE

DÎNERS DU 01 AU 05 Octobre 2018

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Salade iceberg

Piperade froide

Cubes de betteraves

Chou fleur sauce ravigote

Blé en salade

Radis roses

Pâtes au surimi

Concombre sauce bulgare

Jus de raisin, pomme et griotte

Tartine aux oignons caramélisés noix de muscade

Mousse de canard

Rillettes de saumon ciboulette

Crêpe jambon emmental

Wings de poulet

Filet de colin d'Alaska sauce basquaise

Cheeseburger

Omelette fines herbes

Moussaka

Petit salé

Duo de courgettes vertes et jaunes

Aubergines gratinées

Haricots verts persillés

Pommes wedges

Penne rigate

Pomme de terre vapeur

Lentilles

Salade verte

Yaourt nature

Yaourt nature

Yaourt nature

Yaourt nature

Fromage frais demi sel

Tomme noire

Saint Bricet

Mimolette

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Compote allégée tutti frutti fouettée

Crunchy pomme et fruits rouges

Dessert bar

Smoothie à la pomme, banane et framboise

Fromage blanc aux myrtilles

Crème légère à la vanille

Marbré au chocolat

Tarte au citron



NOUVELLE
RECETTE

A FOND
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS
EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

MENU DE LA SEMAINE

DÉJEUNERS DU 08 AU 12 Octobre 2018

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Concombre façon tzatziki	Salade verte thon et croûtons	Feuilleté légume indien et vache qui rit	Macédoine à la russe et saumon	Salade flamenco
Dip de carottes et houmous à la carotte	Rillettes de poisson aux aromates	Raïta de concombre	Potage Bortsch	Tartine tapenade tomate basilic
Salade verte radis rose sauce ktipiti	Chou fleur pomme de terre sauce ravigote	Velouté de lentilles corail et lait de coco	Chou fleur et pomme de terre sauce cocktail	Soupe au chou vert chorizo
Boulette bœuf et sauce menthe et citron	Galette saucisse oignons moutarde et fromage	Filet de hoki sauce curry	Goulash de bœuf	Tortilla campesina
Filet de hoki et légumes façon grecque	Filet de maquereau sauce moutarde	Poulet Biryani riz et amandes	Filet de colin à la sauce tomate	Paëlla marine
	Quiche aux oignons			
Bulgour	Haricots blancs sauce tomate	Epinards crème massala	Chou braisé	Salade verte
Tian de légumes	Poêlée bretonne de carotte poireau céleri et oignons	Riz créole	Pomme de terre vapeur	Riz créole
	Salade verte			
Edam	Camembert	Mimolette	Brie	Emmental
Rondelé ail et fines herbes	Fraidou	Kiri	Petit moulé	Fondu vache Picon
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Corbeille de fruits	Corbeille de fruits	Corbeille de fruits	Corbeille de fruits	Corbeille de fruits
Dessert yaourt à la grecque crème et miel	Crêpe au chocolat	Flan de coco et coulis de mangue	Compote allégée poire	Crème catalane
Salade de fruits frais	Dip de pommes et crème au caramel	Salade de fruits épicés	Kissel myrtille et poire	Compote allégée pomme amandes
Tarte flan aux figes sèches et miel	Far breton	Smoothie ananas passion	Gâteau aux pommes	Salade d'oranges et mandarines cannelle et spéculoos



NOUVELLE
RECETTE

Semaine du goût:
dances du monde

A FOND
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS
EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

MENU DE LA SEMAINE

DÎNERS DU 08 AU 12 Octobre 2018

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Champignons à la crème

Salade de concombres

Carottes râpée à l'aneth

Endives aux noix

Salade de riz espagnole

Salade de haricots beurre

Salade de maïs

Salades de tomates

Œuf dur sauce cocktail

Cake du potager

Rosette cornichons

Salade de pâtes sauce chinoise

Parmentier de légumes végétarien

Tarte au fromage

Croq' baguette méditerranéen

Nems

Torti carbonara

Rôti de bœuf

Rôti de dinde froid sauce ketchup

Bouquetière de légumes

Petits pois

Jardinière de légumes

Poêlée chinoise

Torti

Semoule de blé

Boulgour

Salade verte

Vache qui rit

Edam

Rondelé ail et fines herbes

Brie

Yaourt nature

Yaourt nature

Yaourt nature

Yaourt nature

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Dessert bar

Crème dessert caramel

Roulé à la confiture

Compote allégée pomme abricot

Mousse banane coco

Yaourt aromatisé

Liégeois au chocolat

Crème yaourt au citron



NOUVELLE
RECETTE

A FOND
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS
EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

MENU DE LA SEMAINE

DÉJEUNERS DU 15 AU 19 Octobre 2018

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Radis noirs	Chou rouge	Céleri rémoulade	Haricots rouges en salade façon texane	Haricots blanc sauce ravigote
Taboulé à la menthe	Maïs et macédoine en salade	Salade mêlée	Salade verte et dés de mimolette	Salade Coleslaw
Potage Parmentier	Feuilleté provençal	Pizza aux olives	Rillettes de saumon ciboulette	Pâté de campagne
Omelette aux champignons	Escalope de dinde à la crème	Bœuf rôti au jus	Blanquette de dinde	Couscous aux boulettes de mouton
Palette de porc à la diable	Merguez	Filet de hoki sauce ciboulette	Poisson meunière	Couscous au poisson
	Hachis parmentier de soja		Croc baguette tomate mozzarella	
Céleri braisé	Duo carotte	Boullgour au coulis de tomate	Ratatouille	
Chifferi	Purée de pomme de terre	Haricot beurre à l'ail	Riz créole	
			Salade verte	
Edam	Petit moulé aux fines herbes	Gouda	Saint Paulin	Brie
Fromage frais froidou	Tomme noire	Kiri	Petit cotentin	Fondu vache picon
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Corbeille de fruits	Corbeille de fruits	Corbeille de fruits	Corbeille de fruits	Corbeille de fruits
Compote allégée de poire	Salade de fruits frais sirop virgin pina colada	Crème fouettée au cappuccino	Pomme au four	Compote allégée pomme fraise
Génoise roulé au chocolat	Pain perdu	Verrine cheesecake	Entremets citron	Cake noix de coco
Flan saveur vanille nappé caramel	Mousse praliné	Smoothie pomme ananas	Yaourt aromatisé	Entremets caramel



NOUVELLE
RECETTE

Cake chocolat banane

A FOND
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS
EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

MENU DE LA SEMAINE

DÎNERS DU 15 AU 19 Octobre 2018

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Céleri râpé aux raisins

Champignons à la crème

Carottes râpées

Céréales au sang

Endives aux croûtons

Maïs et tomate en salade

Pois-chiche en sakade

Morve de Troll

Crêpes au fromage

Rillettes de sardine au céleri

Cervelas en vinaigrette

Velouté de Frankenstein

Filet de colin d'Alaska sauce
basquaise

Foie de veau pêlé

Sauté de dinde sauce romarin

Tomate à lacervelle

Cripidor au fromage

Œuf dur à la florentine

Flammekueche

Pâtes de l'enfer

Chou-fleur béchamel

Epinards béchamel gratinés

Salade verte

Farfalles

Riz créole

Farfalle

Semoule

Vacje qui rit

Tomme noire

Rondelé ail et fines herbes

Coulommiers

Yaourt nature

Yaourt nature

Yaourt nature

Yaourt nature

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Corbeille de fruits

Entremets citron mousse à l'orange et
boudoir au chocolat

Dessert bar 3

Flan saveur chocolat

Breuvage des vampires

Tarte pomme alsacienne

Gateau Basque

Gâteau au yaourt

Cake carottes crème mascarpone



NOUVELLE
RECETTE

A FOND
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS
EQUILIBRE

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE