

LUNDI 6 SEPTEMBRE AU SAMEDI 18 SEPTEMBRE 2021

36	Lundi 6/09/2021	Mardi 7/09/2021	Mercredi 8/09/2021	Jeudi 9/09/2021	Vendredi 10/09/2021	Samedi 11/09/2021
		BIO		VEGETARIEN		
MIDI	Pastèque (1) <i>Filet de cabillaud Grenobloise Ratatouille + blé Brie Fruit au sirop</i>	<i>Salade composée (Pomme de terre, tomate, concombre) Carbonade Flamande Carotte (1) vichy Fromage blanc Fruit de saison (1)</i>	Melon (1) <i>Grillade de porc *</i> <i>Savoyarde</i> Brocolis Edam Tarte myrtilles	Concombres au fromage blanc (1) <i>Haricots rouge, maïs, tomate Blé Saint Nectaire Esquimaux</i>	Radis beurre (1) <i>Sauté de dinde Riz pilaf Bûchette Pomme cuite au four (1)</i>	<i>Crème de courgettes Jarret de porc 1/2 sel Choux-fleurs Salade verte Fromage Gâteau Basque</i>
IDEE SOIR	Crudités Bœuf Féculent Produit laitier Fruit de saison	Crudités Poisson Légumes verts Salade Fromage	Cuité Porc ou viande Blanche Féculent/Produit Laitier Fruit cuit	Féculent Œuf Légumes verts Salade Produit laitier	Crudité Volaille Légumes verts +Féculent Produit laitier	
37	Lundi 13/09/2021	Mardi 14/09/2021	Mercredi 15/09/2021	Jeudi 16/09/2021	Vendredi 17/09/2021	Samedi 18/09/2021
		VEGETARIEN		BIO		
MIDI	<i>Taboulé oriental Filet de poisson Gratin de courgettes Emmental Fruit de saison (1)</i>	Pastèque (1) <i>Couscous de légumes (semoule, pois chiches et légumes) Yaourt arôme Compote de pêche</i>	<i>Tomates antiboises Salsifis Bolognaise Kiri Tarte abricots</i>	Melon (1) <i>Grillade de porc* aux champignons Pommes noisette Crème dessert caramel « Paupiquet »</i>	Maquereaux à la moutarde <i>Langue de bœuf Pomme mousseline Vache qui rit Fruit de saison (1)</i>	Terrine de poisson Salade verte <i>Confit de canard Haricots blancs Coulommiers Salade de fruits frais (1)</i>
IDEE SOIR	Cuité Bœuf Féculent Produit laitier Fruit cru de saison	Féculent Œuf Légumes verts Salade Fromage	Crudité Porc ou viande blanche Légume vert Produit laitier Fruit cru de saison	Féculent Volaille Légume vert Salade Fruit cru	Cuité Agneau Légume vert+ Féculent Produit Laitier Fruit cru	

LES PLATS EN ITALIQUES ET EN GRAS SONT DES PLATS FABRIQUES MAISON

(1) Selon les produits de saison / Menus susceptibles de varier selon arrivage

*Un plat de substitution est proposé pour les convives ne mangeant pas de porc-

FS = Foyer Soleil

Menus validés par Melle MANANT, Diététicienne du Centre de Gestion de la FPT de la Charente.

LUNDI 20 SEPTEMBRE AU SAMEDI 2 OCTOBRE 2021

38	Lundi 20/09/2021	Mardi 21/09/2021	Mercredi 22/09/2021	Jeudi 23/09/2021	Vendredi 24/09/2021	Samedi 25/09/2021
		VEGETARIEN		BIO		
MIDI	<p><i>Salade composée, Choux fleur, tomates et maïs vinaigrette (1)</i></p> <p><i>Sauté de porc* Dijonaise</i></p> <p>Tortis</p> <p>Brie</p> <p>Fruit de saison (1)</p>	<p>Melon (1)</p> <p>Œufs durs</p> <p><i>Ratatouille Niçoise</i></p> <p>Babybel</p> <p><i>Clafoutis aux poires</i></p>	<p><i>Salade chinoise</i> (choux chinois, haricots mongos, tomate, (1), sauce soja)</p> <p><i>Sauté de dinde forestier</i></p> <p><i>Carottes vichy</i></p> <p>Roquefort</p> <p>Moelleux chocolat + crème anglaise</p>	<p>Panaché de saucissons + beurre</p> <p><i>Filet de cabillaud sauce fruits de mer</i></p> <p><i>Riz pilaf</i></p> <p>Emmental</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><i>Salade de P.D.T. au thon</i></p> <p><i>Rôti de veau aux olives</i></p> <p><i>Haricots verts persillés</i></p> <p>Coulommiers</p> <p>Fruit de saison (1)</p>	<p><i>Champignons à la grecque</i></p> <p><i>Saucisse* de Toulouse</i></p> <p><i>Lentilles à l'ancienne</i></p> <p>Salade verte</p> <p>Pont Lévêque</p> <p>Fruit de saison (1)</p>
IDEE SOIR	<p>Crudité</p> <p>Bœuf</p> <p>Féculent</p> <p>Produit laitier</p> <p>Fruit cru de saison</p>	<p>Crudités</p> <p>Charcuterie</p> <p>Légumes vert</p> <p>Salade</p> <p>Fromage</p>	<p>Crudité</p> <p>Porc ou viande blanche</p> <p>Féculent</p> <p>Produit laitier</p> <p>Fruit cru</p>	<p>Féculent</p> <p>Œuf</p> <p>Légume vert</p> <p>Salade</p> <p>Produit laitier</p>	<p>Crudité</p> <p>Bœuf</p> <p>Féculent</p> <p>Produit laitier</p> <p>Fruit cru de saison</p>	
39	Lundi 27/09/2021	Mardi 28/09/2021	Mercredi 29/09/2021	Jeudi 30/09/2021	Vendredi 1/10/2021	Samedi 2/10/2021
		BIO		VEGETARIEN		
MIDI	<p>Tomates (1)</p> <p><i>Cuisse de poulet rôtie aux herbes</i></p> <p><i>Gratin de courgettes</i></p> <p>Saint Paulin</p> <p>Riz au lait</p>	<p><i>Salade de haricots verts ciboulette</i></p> <p><i>Rôti de bœuf</i></p> <p>Haricots blancs</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit de saison (1)</p>	<p>Concombre, fêta</p> <p>Poisson</p> <p><i>Coquillettes</i></p> <p>Fromage de chèvre</p> <p>Crème dessert chocolat</p>	<p><i>Radis beurre</i></p> <p><i>Riz façon cantonnais</i></p> <p><i>Omelette</i></p> <p>Saint Nectaire</p> <p>Fruit de saison (1)</p>	<p><i>Céleri rémoulade aux pommes</i></p> <p><i>Filet de cabillaud sauce Hollandaise</i></p> <p><i>Petits pois carotte</i></p> <p>Brie</p> <p>Tarte aux pommes normandes</p>	<p><i>Taboulé</i></p> <p><i>Paleron braisé</i></p> <p><i>Carottes Vichy</i></p> <p>Fromage</p> <p>Poire Belle Hélène</p>
IDEE SOIR	<p>Cuidité</p> <p>Bœuf</p> <p>Féculent</p> <p>Produit laitier</p> <p>Fruit cru de saison</p>	<p>Féculent</p> <p>Œuf</p> <p>Légume vert</p> <p>Salade</p> <p>Fromage</p>	<p>Crudité</p> <p>Porc ou viande blanche</p> <p>Féculent</p> <p>Salade</p> <p>Produit laitier</p> <p>Fruit cru de saison</p>	<p>Féculent</p> <p>Volaille</p> <p>Légume vert</p> <p>Produit laitier</p> <p>Fruit cru</p>	<p>Cuidité</p> <p>Agneau</p> <p>Légumes verts + Féculent</p> <p>Produit Laitier</p> <p>Fruit cru</p>	

LES PLATS EN ITALIQUES ET EN GRAS SONT DES PLATS FABRIQUES MAISON

(1) Selon les produits de saison / Menus susceptibles de varier selon arrivage

*Un plat de substitution est proposé pour les convives ne mangeant pas de porc-

FS = Foyer Soleil

Menus validés par Melle MANANT, Diététicienne du Centre de Gestion de la FPT de la Charente.

LUNDI 4 OCTOBRE AU SAMEDI 16 OCTOBRE 2021

40	Lundi 4/10/2021	Mardi 5/10/2021	Mercredi 6/10/2021	Jeudi 7/10/2021	Vendredi 8/10/2021	Samedi 9/10/2021
		VEGETARIEN		BIO		
MIDI	<i>Salade de tomates mozzarella (1)</i> <i>Rôti de dinde à l'estragon</i> <i>Haricots beurre</i> Camembert Semoule	<i>Salade de riz</i> <i>Œuf florentine</i> Cantal Fruit de saison (1)	<i>Brocolis vinaigrette (1)</i> Steak haché <i>Coquillettes au fromage</i> Bûchette Fruit de saison (1)	Rillettes* <i>Blanquette de poisson</i> <i>Blé à la tomate</i> Comté Fruit de saison (1)	<i>Carottes aux raisins</i> <i>Sauté de veau au paprika</i> <i>Tomates provençales</i> Fromage blanc Eclair au chocolat	Salade de fond d'artichaut <i>Filet de saumon à l'aneth</i> <i>Pommes boulangères (1)</i> Salade verte Fromage Fruit de saison (1)
IDEE SOIR	Crudité Poisson Féculent Produit laitier Fruit de saison	Cuité (potage) Œuf Légumes vert Produit laitier + féculent	Crudité Fruit de la mer Féculent Produit laitier Fruit cuit	Crudité Volaille Légumes vert Produit laitier + féculent	Cuité Porc ou viande blanche Féculent Salade Fromage	
41	Lundi 11/10/2021	Mardi 12/10/2021	Mercredi 13/10/2021	Jeudi 14/10/2021	Vendredi 15/10/2021	Samedi 16/10/2021
		BIO		VEGETARIEN		
MIDI	Betteraves cuites (1) Chipolatas *merguez Frites au four Fromage frais Fruit de saison (1)	<i>Taboulé</i> <i>Noix de joue de bœuf</i> <i>Haricots beurre persillés</i> Brie Fruit de saison (1)	Pizza fromage <i>Gratin Poisson et fruits de mer</i> <i>Choux fleur béchamel</i> St. Paulin Fruit de saison (1)	<i>Concombre au fromage blanc</i> <i>Chili</i> Semoule Vache qui rit Poire au sirop	Céleri rémoulade <i>Dos de colin sauce Armoricaïne</i> <i>Riz pilaf</i> Brie <i>Pomme cuite gelée de groseille</i>	<i>Poireaux mimosa (1)</i> <i>Blanquette de veau</i> <i>Flan de courgette</i> Salade verte Cantal <i>Tarte aux pommes (1)</i>
IDEE SOIR	Féculent Volaille Légumes vert Fromage Fruit cru de saison	Crudité Œuf Légume vert Produit laitier Féculent	Cuité (potage) Poisson Légumes verts Fromage Féculent	Crudité Abat Féculent Produit laitier Fruit cuit	Crudité Bœuf Féculent Produit Laitier	

LES PLATS EN ITALIQUES ET EN GRAS SONT DES PLATS FABRIQUES MAISON

(1) Selon les produits de saison / Menus susceptibles de varier selon arrivage

*Un plat de substitution est proposé pour les convives ne mangeant pas de porc-

FS = Foyer Soleil

Menus validés par Melle MANANT, Diététicienne du Centre de Gestion de la FPT de la Charente.

LUNDI 18 OCTOBRE AU 30 OCTOBRE 2021

42	Lundi 18/10/2021	Mardi 19/10/2021	Mercredi 20/10/2021	Jeudi 21/10/2021	Vendredi 22/10/2021	Samedi 23/10/2021
		VEGETARIEN		BIO		
MIDI	Betterave crue râpée (1) <i>Filet de poisson</i> <i>Carottes</i> Camembert <i>Clafoutis aux poires</i>	<i>Tomates basilic</i> (1) Steak de soja <i>sauce tomate</i> <i>Coquillettes</i> Emmental Entremet vanille	<i>Choux chinois, céleri, carotte</i> <i>Sauté de veau au curry</i> <i>Pomme de terre</i> Fourme Fruit au sirop	<i>Taboulé</i> <i>Poulet fermier rôti</i> <i>Tians</i> (1) Tome de Savoie Fruit de saison (1)	<i>Carotte au citron</i> (1) Rôti de bœuf Frite au four Samos Barre glacée	Terrine de saint Jacques <i>Rôti de porc *au lait</i> <i>Gratin dauphinois</i> Salade verte Cantal Fruit de saison (1)
Goûter						
IDEE SOIR	Cuité Porc ou viande Blanche Féculent Salade Fromage	Crudité Bœuf Légumes verts Produit laitier Féculent	Crudité Volaille Féculent / légume vert Produit laitier	Féculent Porc ou viande blanche Légumes verts Produit laitier Fruit cru de saison	Féculent Porc ou viande Blanche Légume vert Produit laitier Fruit cuit	
43	Lundi 25/10/2021	Mardi 26/10/2021	Mercredi 27/10/2021	Jeudi 28/10/2021	Vendredi 29/10/2021	Samedi 30/10/2021
		BIO		VEGETARIEN		
MIDI	Macédoine de légumes ½ œuf <i>Goulash</i> <i>Carottes et fenouil</i> Brie Fruit de saison = banane	Choux rouges <i>Filet de poulet Basquaise</i> <i>Gratin de courgettes</i> (1) Fromage blanc fermier Riz au lait	Maquereaux <i>Petit salé*</i> <i>Lentilles</i> Bleu de Bresse <i>Salade de fruits frais</i> (1)	Radis beurre (1) Omelette <i>Riz aux petits légumes</i> Vache qui rit Yaourt aux fruits	<i>Taboulé boulgour</i> <i>Filet mignon de porc*</i> <i>Haricots beurre</i> Emmental Fruit de saison (1)	<i>Assortiment crudité</i> (1) <i>Cuisse de pintade forestière</i> <i>Choux fleur</i> Roquefort <i>Quatre quart maison</i> + crème anglaise
IDEE SOIR	Cuité Abat Légumes vert Salade Produit laitier / Féculent	Féculent Volaille Féculent Salade Produit laitier	Cuité Jambon Féculent Fromage Fruit cru de saison	Cuité Poisson Féculent Salade Produit laitier	Cuité (potage) Œuf Légumes vert Produit laitier / Féculent	

LES PLATS EN ITALIQUES ET EN GRAS SONT DES PLATS FABRIQUES MAISON

(1) Selon les produits de saison / Menus susceptibles de varier selon arrivage

*Un plat de substitution est proposé pour les convives ne mangeant pas de porc-

FS = Foyer Soleil

Menus validés par Melle MANANT, Diététicienne du Centre de Gestion de la FPT de la Charente.