

25 AOUT AU 03 SEPTEMBRE 2022

34				Jeudi 25/08	Vendredi 26/08	Samedi 27/08
		VEGETARIEN		VEGETARIEN		
MIDI				<i>Melon</i> <i>Spaghetti Carbonara</i> Comté Fruit de saison (1)	<i>Concombre à la crème</i> <i>Dos de cabillaud blé et</i> <i>Tomates provençales (1)</i> Yaourt arôme Compote de pomme	Tomates mozza basilic Paella Livarot Glace
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 Volaille Légumes verts Salade Produit laitier	Crudité Euf Légumes verts +Féculent Produit laitier	
35	Lundi 29/08	Mardi 30/18	Mercredi 31/08	Jeudi 01/09	Vendredi 02/09	Samedi 03/09
		BIO			VEGETARIEN	
MIDI	<i>Salade de riz thon et œuf</i> <i>Sauté de lapin à la moutarde</i> <i>Petits pois carotte</i> Tartare ail et fines herbes Fruit de saison	Friand au fromage <i>Dos de saumon</i> <i>Epinards à la crème</i> <i>Entremet vanille</i> Fruit de saison	Pastèque (1) <i>Emincé de poulet au citron</i> <i>Choux fleur persillé</i> Petit suisse <i>Riz au lait</i>	<i>Coleslaw</i> <i>Steak haché</i> Pomme mousseline St. Nectaire Compote de pêche	<i>Céleri vinaigrette</i> Omelette <i>Ratatouille (1) + riz</i> Reblochon Entremet noix de coco	Terrine de poisson Salade verte <i>Confit de canard</i> <i>PDT en persillade</i> Coulommiers <i>Salade de fruits frais (1)</i>
IDEE SOIR	Cuité Bœuf Féculent Produit laitier Fruit cru de saison	Féculent Euf 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	

Menus validés par Mme BELLIVIER, diététicienne au Centre de Gestion de la FPT de la Charente

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

5 AU 17 SEPTEMBRE 2022

36	Lundi 05/09	Mardi 06/09	Mercredi 07/09	Jeudi 08/09	Vendredi 09/09	Samedi 10/09
		BIO		VEGETARIEN		
MIDI	Pastèque (1) <i>Filet de cabillaud au lait de coco</i> <i>Jardinière de légumes + riz sauvage</i> Brie Fruit de saison	<i>Salade composée (Pomme de terre, tomate, concombre)</i> <i>Sauté de bœuf façon THAÏ</i> <i>Duo de carotte Vichy</i> Fromage blanc Fruit de saison (1)	Melon (1) <i>Grillade de porc aux herbes de provences</i> Brocolis Edam Tarte myrtilles	Concombres au fromage blanc (1) Galette végétale <i>Haricots rouge, maïs, tomate</i> <i>Blé</i> Saint Nectaire Fruit de saison	Radis beurre (1) <i>Sauté de dinde</i> <i>Crozet sarrasin</i> Fromage de chèvre <i>Pomme cuite au four (1)</i>	Terrine de campagne <i>Jarret de porc ½ sel</i> <i>P.D.T. carottes aux herbes</i> Salade verte Fromage Gâteau Basque
IDEE SOIR	Féculents Bœuf Légumes verts Produit laitier Fruit de saison	Crudités Porc ou viande Blanche Féculents Salade Fromage	Cuité Poisson Féculent/Produit Laitier Fruit cuit	Féculent Volaille Légumes verts Salade Produit laitier	Crudité Œuf Légumes verts Produit laitier + féculent	
37	Lundi 12/09	Mardi 13/09	Mercredi 14/09	Jeudi 15/09	Vendredi 16/09	Samedi 17/09
		VEGETARIEN		BIO		
MIDI	<i>Taboulé oriental</i> <i>Filet de poisson</i> <i>Jardinière de légumes</i> Emmental Fruit de saison (1)	Pastèque (1) <i>Omelette et piperade</i> <i>Boulgour</i> Comté Compote de pêche	<i>Tomates mozza basilic</i> <i>Filet de poulet au thym et citron</i> <i>Duo d'haricots vert et beurre</i> <i>Fromage Frais</i> <i>Semoule au lait</i>	Carottes aux raisins Veau au massalé Tomate céleri pois chiches Camembert Pastèque	Maquereaux à la moutarde <i>Langue de bœuf</i> Pomme noisette Fromage fondu Fruit de saison (1)	Terrine de poisson Salade verte <i>Confit de canard</i> <i>Haricots blancs</i> Coulommiers <i>Salade de fruits frais (1)</i>
IDEE SOIR	Cuité Bœuf Féculent Produit laitier Fruit cru de saison	Féculent Porc ou viande blanche Légumes verts Salade Fromage	Crudité Volaille Féculents Produit laitier Fruit cru de saison	Féculent Œuf Légume vert Salade Fruit cru	Cuité Agneau Légume vert Produit Laitier + féculent Fruit cru	

Menus validés par Mme BELLIVIER, diététicienne au Centre de Gestion de la FPT de la Charente

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

19 SEPTEMBRE AU 01 OCTOBRE 2022

38	Lundi 19/09	Mardi 20/09	Mercredi 21/09	Jeudi 22/09	Vendredi 23/09	Samedi 24/09
		VEGETARIEN		BIO		
MIDI	Melon(1) Filet de poisson au Massalé Tagliatelles aux petites légumes Brie Fruit de saison (1)	<i>Salade composée, Choux fleur, tomates et maïs vinaigrette (1)</i> Œufs durs <i>Ratatouille Niçoise</i> Fromage frais Clafoutis aux poires	<i>Salade chinoise</i> (choux chinois, haricots mongos, tomate, (1), sauce soja) <i>Sauté d'agneau</i> Fondue de poireaux Fromage Blanc Moelleux chocolat + crème anglaise	Panaché de saucissons + beurre <i>Filet de cabillaud sauce fruits de mer</i> <i>Dahl de lentilles corail</i> Emmental Fruit de saison	<i>Salade de P.D.T. au thon</i> <i>Rôti de veau aux olives</i> <i>Haricots verts persillés</i> Coulommiers Fruit de saison (1)	<i>Champignons à la grecque</i> <i>Saucisse* de Toulouse</i> <i>Lentilles à l'ancienne</i> Salade verte Pont Lévêque Fruit de saison
IDEE SOIR	Féculeux Veau Légumes verts Produit laitier Fruit cru de saison	Cuités Porc ou viande blanche Féculeux Salade Fromage	Crudité Charcuterie Féculeux Produit laitier Fruit cru	Féculeux Bœuf Légume vert Salade Produit laitier	Crudité Œuf Féculeux Produit laitier Fruit cru de saison	
39	Lundi 26/09	Mardi 27/09	Mercredi 28/09	Jeudi 29/09	Vendredi 30/09	Samedi 01/10
		BIO		VEGETARIEN		
MIDI	Tomates au pesto <i>Cuisse de poulet rôtie aux herbes</i> <i>Gratin de courgettes / aubergine</i> Saint Paulin Riz au lait	<i>Radis beurre</i> <i>Riz façon cantonnais</i> <i>Omelette</i> Saint Nectaire Fruit de saison	Salade pâtes perles et chou rouge au paprika fumé Blanquette de Poisson Tomate provençale Fromage Compote	<i>Salade de haricots verts ciboulette</i> <i>Rôti de bœuf</i> <i>Flageolets</i> Yaourt nature Fruit de saison (1)	<i>Céleri rémoulade aux pommes</i> <i>Filet de cabillaud sauce Hollandaise</i> <i>Petits pois carotte</i> Brie Barre glacée	Filet de hareng haricots verts <i>Jambon braisé au madère</i> <i>Brocolis</i> Fromage Tropézienne
IDEE SOIR	Cuité Bœuf Féculeux Produit laitier Fruit cru de saison	Féculeux Porc ou viande blanche Légume vert Salade Fromage	Crudité Œuf Légumes cuits Salade Produit laitier + féculeux	Féculeux Volaille Légume vert Produit laitier Fruit cru	Cuité Agneau Légumes verts +Féculeux Produit Laitier Fruit cru	

Menus validés par Mme BELLIVIER, diététicienne au Centre de Gestion de la FPT de la Charente

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-

03 AU 15 OCTOBRE 2021

40	Lundi 03/10	Mardi 04/10	Mercredi 05/10	Jeudi 06/10	Vendredi 07/10	Samedi 08/10
		VEGETARIEN		BIO		
MIDI	<i>Salade de tomates mozzarella (1) Rôti de dinde à l'estragon Salsifis Camembert Semoule</i>	<i>Salade de riz Œuf florentine Cantal Fruit de saison (1)</i>	<i>Brocolis vinaigrette (1) Steak haché Coquillettes au fromage Bûchette Fruit de saison (1)</i>	<i>Rillettes* Blanquette de poisson Blé à la tomate Comté Fruit de saison (1)</i>	<i>Carottes aux raisins Sauté de veau au paprika Tomates provençales Fromage blanc Eclair au chocolat</i>	<i>Avocat surimi Filet de saumon à l'aneth Mousseline de pdt maison Salade verte Fromage Fruit de saison (1)</i>
IDEE SOIR	Crudité Poisson Féculent Produit laitier Fruit de saison	Cuidité (potage) Volaille Légumes verts Produit laitier + féculent	Féculent Fruit de la mer Légumes verts Produit laitier Fruit cuit	Crudité Œuf Légumes verts Produit laitier + féculent	Cuidité Porc ou viande blanche Féculent Salade Fromage	
41	Lundi 10/10	Mardi 11/10	Mercredi 12/10	Jeudi 13/10	Vendredi 14/10	Samedi 15/10
		BIO		VEGETARIEN		
MIDI	<i>Betteraves cuites (1) Chipolatas *merguez Frites au four Fromage frais Fruit de saison (1)</i>	<i>Carotte râpée Noix de joue de bœuf Riz créole Brie Compote</i>	<i>Pizza fromage Gratin Poisson et fruits de Mer Choux fleur béchamel St. Paulin Fruit de saison (1)</i>	<i>Concombre au fromage blanc Moussaka végétarienne Fromage Blanc et biscuit</i>	<i>Céleri à la vinaigrette Dos de colin sauce Armoricaïne Haricots beurre persillés St Nectaire Fruit de saison (1)</i>	<i>Poireaux mimosa (1) Blanquette de veau Flan de courgette Salade verte Cantal Tarte aux pommes (1)</i>
IDEE SOIR	Féculent Volaille Légumes vert Fromage Fruit cru de saison	Crudité Œuf Légume vert Produit laitier Féculent	Cuidité (potage) Abat Légumes verts Fromage Féculent	Crudité Poisson Féculent Produit laitier Fruit cuit	Crudité Bœuf Féculent Salade Produit Laitier	

Menus validés par Mme BELLIVIER, diététicienne au Centre de Gestion de la FPT de la Charente

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-

17 AU 29 OCTOBRE 2022

42	Lundi 17/10	Mardi 18/10	Mercredi 19/10	Jeudi 20/10	Vendredi 21/10	Samedi 22/10
		VEGETARIEN		BIO		
MIDI	Betterave crue râpée (1) <i>Filet de poisson</i> <i>Carottes</i> Camembert <i>Clafoutis aux poires</i>	Salade vert avocat tomate feta 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>Purée de Panais et PDT</i> Fourme Tiramisu	<i>Taboulé</i> <i>Poulet fermier rôti</i> <i>Tians (1)</i> Tome de Savoie Fruit de saison (1)	<i>Carotte au citron</i> (1) Rôti de bœuf Purée de pois cassés Fromage fondu Fruit de saison (1)	Terrine de saint Jacques <i>Rôti de porc *au lait</i> <i>Gratin dauphinois</i> Salade verte Cantal) Crème dessert caramel
Goûter						
IDEE SOIR	Cuitité Porc ou viande Blanche Féculent Salade Fromage	Crudité Bœuf Légumes verts Produit laitier Féculent	Féculent Volaille Légume vert Produit laitier	Légumes cuit Porc ou viande blanche Féculent Produit laitier Fruit cru de saison	Féculent Porc ou viande Blanche Légume vert Produit laitier Fruit cuit	
43	Lundi 24/10	Mardi 25/10	Mercredi 26/10	Jeudi 27/10	Vendredi 28/10	Samedi 29/10
		BIO		VEGETARIEN		
MIDI	Macédoine de légumes ½ œuf <i>Brandade de Poisson</i> <i>Purée crécy</i> Brie Fruit de saison (1)	Choux rouges <i>Filet de poulet Basquaise</i> <i>Gratin de courgettes (1)</i> Fromage blanc fermier Riz au lait	Maquereaux <i>Petit salé*</i> <i>Lentilles</i> Bleu de Bresse <i>Salade de fruits frais (1)</i>	Radis beurre (1) Omelette <i>Riz aux petits légumes</i> Vache qui rit Yaourt aux fruits	<i>Taboulé boulgour</i> <i>Rôti de bœuf</i> <i>Haricots beurre</i> Emmental Fruit de saison (1)	<i>Assortiment crudité (1)</i> <i>Cuisse de pintade forestière</i> <i>Gratin de chou-Pdt</i> Roquefort <i>Quatre quart maison +</i> crème anglaise
IDEE SOIR	Cuitité Abat Légumes verts Salade Produit laitier /Féculent	Féculent Volaille Féculent Salade Produit laitier	Féculent Jambon Légumes verts Fromage Fruit cru de saison	Crudité Poisson Légumes cuits Salade Produit laitier + féculents	Cuitité (potage) Œuf Légumes verts Produit laitier/ Féculent	

Menus validés par Mme BELLIVIER, diététicienne au Centre de Gestion de la FPT de la Charente

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