Cultivons le plaisir DE BIEN SE NOURRIR !

PARCE QUE C'EST ESSENTIEL DE BIEN MANGER...



Je commande un plateau par personne



Je le complète en me faisant **plaisir** par des **achats** (épices, crème, fromage, etc…)



Je ne saute pas de repas !

ET C'EST CAPITAL DE S'EN ASSURER...



Je me pèse une fois par mois ou je vérifie que je ne flotte pas dans mes vêtements



Je m'aperçois que je mange moins ou qu'il m'est trop difficile de mâcher



J'ai un régime qui m'empêche de manger des aliments que j'aime !



Tous ces signes doivent m'inciter **à consulter mon médecin traitant.**

...ET JE PENSE AUSSI À M'HYDRATER !



Partenaire de SEMAINE NATIONALE DE LA DÉNUTRITION 12 AU 20 NOV. 2021



Menus du 02 au 29 novembre 2026

Nous cuisinons avec des produits bio et labellisés, cette information est notée sur les étiquettes de vos repas.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Semaine du 2 novembre au 8 novembre 2026	VELOUTE D'ASPERGES RADIS NOIR AU FROMAGE BLANC POTEE DE CHOU (POITRINE FUMEE, SAUCISSE FUMEE) CAMEMBERT COMPOTE	POTAGE DE LEGUMES VERTS ESCALOPE DE DINDE AU MIEL SALSIFIS EN GRATIN ET PATES TRICOLORES ST PAULIN YAOURT DE LA FERME	CELERI REMOULADE CARBONADE FLAMANDE POMMES DUCHESSES ET ENDIVE BRAISEE GOUDA MOUSSE AU CHOCOLAT	CHAMPIGNONS A LA CREME BOUDIN NOIR AUX 2 POMMES EMMENTAL FRUIT DE SAISON	CREPE AU FROMAGE MARMITE DE POISSON AUX PETITS LEGUMES PATES ET FROMAGE RAPE FOURME D'AMBERT FROMAGE BLANC AUX FRUITS	DUO CHOU FLEUR/BROCOLIS VINAIGRETTE PAUPIETTE DE VEAU SAUCE CHAMPIGNONS SEMOULE ET CAROTTES AUX EPICES CHEVRE ENTREMETS CARAMEL	SALADE AU SURIMI SAUTE DE POULET FAÇON COQ AU VIN ROUGE POMMES DE TERRE NOISETTES PETITS POIS AUX OIGNONS MIMOLETTE ECLAIR A LA VANILLE
Semaine du 9 novembre au 15 novembre 2026	SOUPE DE LEGUMES SALADE COLESLAW PARMENTIER DE POTIRON SALADE VINAIGRETTE TOMME NOIRE MOUSSE AU CITRON	SALADE MEXICAINE VINAIGRETTE ESCALOPE DE POULET SAUCE CRÈME RIZ ET BRUNOISE DE LÉGUMES CANTAL FRUIT DE SAISON	PATÉ EN CROÛTE ET CONDIMENTS CUISSE DE CANETTE A LA CLÉMENTINE POMMES SAUTÉES ET ENDIVE BRAISÉE MAROILLES BABA AU RHUM	OEUF DUR SAUCE COCKTAIL ROTI DE PORC SAUCE CHARCUTIERE PATES ET FROMAGE RAPE ET CAROTTES CHANTENEIGE FRUIT DE SAISON	TOAST AU MAROILLES FILET DE POISSON MEUNIERE SAUCE TARTARE POMME DE TERRE AU FOUR ET COTES DE BLETTES BLEU YAOURT DE LA FERME	POTAGE CHOISY ENDIVE AU JAMBON POMMES DE TERRE EDAM SEMOULE AU LAIT	RILLETTE DE POISSON ET CITRON POT AU FEU POMMES DE TERRE ET LEGUMES DU POT SAINT NECTAIRE CHOU ET SAUCE CARAMEL
Semaine du 16 novembre au 22 novembre 2026	CREME DE CHAMPIGNONS SALADE FROMAGERE VINAIGRETTE CASSOULET (SAUCISSE FUMEE, POITRINE DE PORC, SAUCISSON) POMMES DE TERRE COULOMMIERS YAOURT SUCRE	VELOUTE DE LEGUMES BOULETTES AU VEAU SAUCE NAPOLITAINE PATES ET FROMAGE RAPE CHEVRE ILE FLOTTANTE ET CREME ANGLAISE	DUO DE CHOU FLEUR ET BROCOLIS SAUCE TARTARE FILET DE POULET AU BLEU POMMES RISSOLEES ET ENDIVE BRAISEE CARRE FRAIS TARTE AU FLAN	SALADE D'AGRUMES HACHIS PARMENTIER SALADE VERTE VINAIGRETTE CAMEMBERT POMME AU FOUR	PIZZA AUX 4 FROMAGES PAELLA DE LA MER MIMOLETTE ENTREMETS CAFE	CELERI REMOULADE SAUTE DE PORC SAUCE A L'ANCIENNE PUREE ET HARICOTS VERTS EMMENTAL SALADE DE FRUITS	TERRINE DE CAMPAGNE ET CONDIMENTS HAUT DE CUISSE DE POULET SAUCE A L'ORANGE POMMES DE TERRE DAUPHINES SALSIFIS AU JUS BUCHE DU PILAT TARTE AU CHOCOLAT
Semaine du 23 novembre au 29 novembre 2026	POTAGE DE CELERI CAROTTES RAPEES VINAIGRETTE PATES A LA CARBONARA ET FROMAGE RAPE TOMME BLANCHE CLEMENTINES	CHAMPIGNONS A LA CREME LANGUE DE BOEUF SAUCE TORTUE POMMES DE TERRE ET LEGUMES DU POT TOMME NOIRE CREME AUX OEUFS	CREME D'ENDIVES POTJEVLEESCH POMMES SAUTEES ET SALADE VINAIGRETTE CHEDDAR ROUGE ECLAIR CAFE	BETTERAVES ROUGES VINAIGRETTE POULET A LA CREME GRATIN DE CHOU FLEUR ET DE POMMES DE TERRE BRIE MOUSSE AU CITRON	QUICHE LORRAINE COLIN SAUCE A L'ANETH RIZ PETITS POIS AUX OIGNONS CANTAL YAOURT DE LA FERME	MACÉDOINE DE LÉGUMES LASAGNES A LA BOLOGNAISE SALADE VINAIGRETTE BOURSIN ENTREMETS PRALINE	SALAMI ET CONDIMENTS ROTI DE PORC AU THYM POMMES DE TERRE NOISETTES ET NAVETS AU MIEL FOURNOLS TARTE BOURDALOUE