

**COMMENT COMMANDER ?**

Pour chaque élément 2 possibilités et une carte de remplacement

**SUR LE MENU**

- 1- Rayer les jours sans plateau repas
- 2- Rayer les plats que vous ne souhaitez pas recevoir
- 3- Vous avez la possibilité de choisir dans la carte de remplacement

Si ni l'un ni l'autre des 2 choix ne vous convient, indiquez dans la case du jour le numéro de l'élément que vous avez choisi

Vous pouvez commander de façon régulière ou occasionnelle, par jour, pour la semaine et/ou pour le week-end.

**Origine de nos viandes**

Origine des viandes de veau : France  
 Origine des viandes bovines : France, Race à Viande  
 Origine des volailles : France

Nos entrées, plats et accompagnements suivis d'un astérisque (\*) ne sont pas faits "Maison" (fromages et desserts non concernés).

Les allergènes sont indiqués sur les étiquettes produits.

Tous nos potages sont faits "Maison" à base de légumes frais (sauf le potage St Germain avec des pois cassés), Bio et conventionnels.

Maison Le Roux privilégie le poisson frais. Selon les arrivages, les variétés de poissons indiquées sur les menus peuvent donc être modifiées.

**CARTE DE REMPLACEMENT**

**ENTRÉE :**

- 1- Salade de tomates fraîches sans sel ajouté (dosette vinaigrette)
- 2- Salade de betteraves sans sel ajouté (vinaigrette « Maison »)
- 3- Pomelos frais nature (dosette de sucre)
- 4- Potage « Maison » du jour
- 5- Charcuterie du jour (saucisson à l'ail, salamis, terrine de campagne, etc...selon disponibilité)
- 6- Œuf dur sans sel ajouté (dosette de mayonnaise)

**PLAT :**

- 7- Beaufilet de colin-lieu pané
- 8- Filet de poisson cuit à la vapeur douce « Maison » sans sel ajouté (lieu noir, cabillaud ou merlu selon arrivage)
- 9- Omelette nature
- 10- Jambon blanc Label Rouge (Origine France)
- 11- Steak haché de bœuf sans sel ajouté (Origine France)
- 12- Filet de poulet cuit à la vapeur douce « Maison » sans sel ajouté (Origine France)
- 13- Escalope de dindonneau à la viennoise (Origine UE)

**GARNITURE :**

- 14- Haricots verts persillés « Maison » sans sel ajouté
- 15- Pâtes BIO nature « Maison » sans sel ajouté
- 16- Riz BIO Pilaf « Maison » sans sel ajouté
- 17- Pommes de terre rissolées aux herbes
- 18- Purée de pommes de terre fraîches « Maison » sans sel ajouté

**FROMAGE OU DESSERT :**

- 19- Crème dessert (chocolat, vanille ou praliné selon disponibilité)
- 20- Compote de fruits BIO sans sucre ajouté
- 21- Fruit de saison (pomme, poire, banane, kiwi, etc... selon disponibilité)
- 22- Yaourt nature ou aux fruits (selon disponibilité)
- 23- Fromage blanc



**Vos choix de menus**

**JANVIER 2020**

NOM : \_\_\_\_\_  
 PRÉNOM : \_\_\_\_\_  
 VILLE : \_\_\_\_\_  
 DATE RETOUR DU MENU : \_\_\_\_\_

**RAPPEL :** En raison du jour férié, les livraisons des repas seront modifiées :

Jour de livraison :	Repas livrés :
Mardi 31/12	Mardi 31/12 Mercredi 01/01/2020

**MERCI DE RETOURNER VOS CHOIX AVANT LE 15 DU MOIS PRÉCÉDENT**

Maison Le Roux  
 63 Bld de Verdun - 95220 Herblay  
**TEL : 01.39.60.59.92**  
 FAX : 01.39.31.14.70  
 contact@maisonleroux.fr



		Mercredi 1	Jeudi 2	Vendredi 3	Samedi 4	Dimanche 5
		Potage cresson <b>Terrine Richelieu royale au canard</b> Filet d'omble chevalier au beurre blanc safrané Duo de riz sauvage Fromage Pâtisserie du Jour de l'An	Potage velouté de butternut <b>Salade Paimpol</b> (haricots blancs, lardons, échalotes, persil, vinaigrette) ou <b>Crevettes* et beurre</b> Steak haché (vbf) sauce marchand de vin ou <b>Quiche Lorraine maison</b> Riz BIO Pilaf ou <b>Salade de mâche</b> et dosette de vinaigrette <b>Bûche des Dômes</b> ou <b>Yaourt nature</b> <b>Abricots au sirop léger et biscuit</b> ou <b>Fruit</b>	Potage poireaux / pommes de terre <b>Salade Sicilienne BIO</b> (pâtes BIO, poulet, poivrons verts et rouges, oignons, vinaigrette) ou <b>Mortadelle* et cornichon</b> Cœur de merlu sauce basilic ou <b>Cuisse de pintade cocotte</b> <b>Pommes de terre vapeur persillées</b> ou <b>Purée Crécy maison</b> (carottes) <b>Cantal (AOP)</b> ou <b>Fromage frais ail et fines herbes</b> <b>Compote et biscuit</b> ou <b>Mousse au citron</b>	Potage velouté Dubarry <b>Chou rouge râpé à la vinaigrette</b> ou <b>Taboulé BIO au thon</b> (semoule BIO, thon, tomates, concombre, poivrons) <b>Rôti de veau sauce crème et Courgettes persillées</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone sauce forestière et emmental râpé</b> <b>Camembert</b> ou <b>Yaourt velouté nature</b> <b>Eclair à la vanille</b> ou <b>Riz au lait</b>	Potage carottes à l'orange <b>Salade de pommes de terre à la Dijonnaise</b> (PdT, haricots verts, carottes, tomates, œuf dur, moutarde à l'ancienne...) ou <b>Radis* et beurre</b> <b>Fricassée de poulet aux 2 poivres</b> ou <b>Blanquette de fondant de porc à la moutarde</b> <b>Polenta crémeuse</b> ou <b>Choux de Bruxelles à la paysanne</b> (lardons) <b>Saint Nectaire (AOP)</b> ou <b>Fromage blanc</b> <b>Crème dessert au caramel</b> ou <b>Fruit</b>
Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10	Samedi 11	Dimanche 12
Potage cultivateur <b>Salade de lentilles BIO aux lardons</b> ou <b>Céleri rémoulade</b> <b>Sauté d'agneau à l'Indienne</b> ou <b>Cuisse de canette sauce cassis</b> Riz BIO Pilaf ou <b>Légumes ensoleillés</b> (haricots verts, courgettes, aubergines, poivrons, oignons) <b>Fromage laits mélangés</b> (vache & chèvre) ou <b>Fromage frais Chanteneige</b> <b>Compote pommes/pruneaux maison et biscuit</b> ou <b>Liégeois à la vanille</b>	Potage velouté de butternut <b>Maquereau à la moutarde</b> ou <b>Salade Italienne BIO</b> (pâtes BIO, carottes, courgettes, tomates, emmental, olives, crème, mayonnaise, assaisonnement) <b>Quiche aux 3 fromages maison et Salade de mâche</b> - dosette vinaigrette ou <b>PLAT 2 EN 1 – Choucroute au Riesling</b> <b>Munster (AOP)</b> ou <b>Faisselle</b> <b>Poire cuite sauce chocolat</b> ou <b>Yaourt aux fruits</b>	Soupe aux vermicelles <b>Salade charcutière</b> (PdT, jambon, cornichon, persil, assaisonnement) ou <b>Jambon de pays* et beurre</b> <b>Dos de cabillaud sauce Noilly</b> ou <b>Blanquette de dinde</b> <b>Purée de brocolis maison</b> ou <b>Riz BIO Pilaf</b> <b>Montboissier</b> ou <b>Fromage frais ail et fines herbes</b> <b>Cocktail de fruit au sirop et biscuit</b> ou <b>Fruit</b>	Potage Saint Germain <b>Taboulé BIO à l'orientale</b> (semoule BIO, tomates, concombre, poulet, raisins secs) ou <b>Concombre à l'estragon</b> et dosette de vinaigrette <b>Bœuf bourguignon (vbf)</b> ou <b>Œufs à la Berrichonne</b> (vin rouge, lardons, tomate) <b>Carottes Vichy</b> ou <b>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</b> <b>Pont l'Evêque (AOP)</b> ou <b>Petits suisses</b> <b>Galette des Rois</b> ou <b>Liégeois au café</b>	Potage crème de brocolis <b>Salade d'endives</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Salade de betteraves à la crème</b> <b>Cuisse de lapin sauce moutarde</b> ou <b>Filet de saumon sauce à l'aneth</b> <b>Pommes de terre vapeur persillées</b> ou <b>Fondue de poireaux</b> <b>Mimolette</b> ou <b>Yaourt velouté nature</b> <b>Ile flottante et sa crème anglaise</b> ou <b>Fruit</b>	Potage velouté de potimarron <b>Œuf dur BIO entier* avec coquille</b> et dosette de mayonnaise ou <b>Pasta BIO à la Grecque</b> (pâtes BIO, tomates, concombre, jambon blanc, feta) <b>Normandin de veau* sauce poivre</b> ou <b>Chipolatas* et confit d'oignons</b> Riz BIO Pilaf ou <b>Purée de céleri maison</b> <b>Edam</b> ou <b>Fromage blanc</b> <b>Compote et biscuit</b> ou <b>Mousse au chocolat</b>	Soupe du chalet <b>Asperges à la vinaigrette</b> ou <b>Pâté de canard* et cornichon</b> <b>Fondant de porc aux pruneaux et Cordial de légumes</b> (salsifis, navets, carottes, petits pois, oignons) ou <b>PLAT 2 EN 1 – Spaghettis BIO à la bolognaise et emmental râpé</b> <b>Coulommiers</b> ou <b>Petits suisses</b> <b>Tartelette au citron</b> ou <b>Flan gélifié nappé caramel</b>
Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17	Samedi 18	Dimanche 19
Potage carottes à l'orange <b>Chou blanc râpé à l'ananas</b> ou <b>Salade Di Palermo BIO</b> (pâtes BIO, surimi, crevettes, tomates, ketchup, mayonnaise) <b>Sauté de veau marengo</b> ou <b>Boudin noir* et sa compote de pommes maison</b> <b>Endives braisées</b> ou <b>Purée de pommes de terre maison</b> <b>Saint Paulin</b> ou <b>Fromage blanc</b> <b>Semoule au lait maison</b> ou <b>Fruit</b>	Potage fermier <b>Poireaux à la vinaigrette</b> ou <b>Fromage de tête persillé* et vinaigrette</b> <b>Merguez</b> et dosette de ketchup <b>et Ratatouille</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Paëlla au poulet</b> <b>Fromage de chèvre</b> ou <b>Petits suisses</b> <b>Gourmandise au chocolat</b> ou <b>Crème dessert à la vanille</b>	Potage crème de brocolis <b>Salade Vendéenne</b> (haricots blancs, poitrine de porc, emmental, oignons, vinaigrette) ou <b>Salade de tomates et maïs</b> et dosette de vinaigrette <b>Tarte Alsacienne maison au Munster AOP</b> (Pommes de terre, Munster, oignons) ou <b>Cœur de merlu sauce ensoleillée</b> <b>Salade de mâche</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Pâtes Pennes BIO et emmental râpé</b> <b>Gouda</b> ou <b>Faisselle</b> <b>Salade de fruits frais exotiques maison et biscuit</b> ou <b>Mousse au café</b>	Soupe à l'oignon <b>Terrine au saumon fumé*</b> et dosette de mayonnaise ou <b>Avocat</b> et dosette de vinaigrette <b>Steak haché (vbf) sauce marchand de vin</b> ou <b>Rôti de porc sauce crème d'ail</b> <b>Gratin Dauphinois</b> ou <b>Chou vert braisé</b> <b>Emmental</b> ou <b>Yaourt nature</b> <b>Fromage blanc aux fruits</b> ou <b>Mirabelles au sirop léger et biscuit</b>	Potage Saint Germain <b>Salade Vosgienne</b> (PdT, cervelas, oignons, vinaigrette) ou <b>Feuilleté poulet / poireaux*</b> <b>Dos de colin-lieu sauce poivre vert</b> ou <b>Cuisse de pintade sauce normande</b> <b>Pâtes Macaronis BIO et emmental râpé</b> ou <b>Carottes et navets persillés</b> <b>Carré de l'Est</b> ou <b>Fromage frais ail et fines herbes</b> <b>Pruneaux d'Agen à la cannelle et biscuit</b> ou <b>Fruit</b>	Potage velouté de butternut <b>Salade de haricots verts à la vinaigrette</b> ou <b>Saucisson à l'ail* et cornichon</b> <b>Travers de porc sauce barbecue et Purée de chou-fleur maison</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tajine de veau olives/citron et Pommes de terre</b> <b>Brie</b> ou <b>Yaourt velouté nature</b> <b>Salambo</b> ou <b>Mousse au citron</b>	Potage cultivateur <b>Carottes râpées aux câpres</b> ou <b>Quiche au fromage*</b> <b>Rôti de bœuf (vbf) sauce chasseur</b> ou <b>Omelette* aux lardons et oignons</b> <b>Polenta crémeuse</b> ou <b>Poêlée bouquet de légumes</b> (carottes, haricots mange-tout, chou-fleur, tomates, oignon, poivrons) <b>Cantal (AOP)</b> ou <b>Fromage blanc</b> <b>Compote pomme/poire maison et biscuit</b> ou <b>Crème dessert au café</b>
Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Samedi 25	Dimanche 26
Potage fermier <b>Feuilleté à la bolognaise*</b> ou <b>Salade piémontaise</b> <b>Cuisse de poulet façon grand-mère et Purée Crécy maison</b> (carottes) ou <b>PLAT 2 EN 1 – Petit salé aux lentilles BIO</b> <b>Camembert</b> ou <b>Fromage frais Cantadou</b> <b>Pomme au four</b> et dosette de confiture ou <b>Riz au lait</b>	Potage carottes à l'orange <b>Segments de pomelos*</b> - dosette de sucre ou <b>Œuf en gelée</b> (œuf, gelée, carottes, tomates, courgettes, céleri, jambon blanc) <b>Andouillette de canard* et confit d'oignons</b> ou <b>Tarte méditerranéenne maison</b> (ratatouille, œuf, lait, crème, emmental) <b>Frites au four*</b> ou <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette <b>Fromage brique croûte noire</b> ou <b>Faisselle</b> <b>Mousse au chocolat</b> ou <b>Compote et biscuit</b>	Soupe du chalet <b>Salade aux 2 pommes</b> (PdT, pomme, crème, oignons, assaisonnement) ou <b>Salade Coleslaw</b> (carottes et chou blanc râpés à la mayonnaise) <b>Filet de limande meunière* et citron</b> ou <b>Steak haché (vbf) sauce milanaise</b> (tomates, jambon blanc) <b>Poêlée de légumes</b> (brocolis, haricots verts, champignons, poivrons) ou <b>Pâtes Coquillettes BIO et emmental râpé</b> <b>Mimolette</b> ou <b>Yaourt velouté nature</b> <b>Compote de pommes maison et biscuit</b> ou <b>Fruit</b>	Potage velouté de potimarron <b>Mousse de foie* et cornichon</b> ou <b>Salade Sicilienne BIO</b> <b>Rôti de veau sauce normande et Riz BIO Pilaf</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Œufs durs Florentine sauce Mornay</b> (épinards) <b>Edam</b> ou <b>Fromage frais ail et fines herbes</b> <b>Charlotte aux poires</b> ou <b>Liégeois au café</b>	Soupe aux vermicelles <b>Salade de Pennes BIO à la Romana</b> (pâtes BIO, jambon blanc, courgettes, tomate, emmental, assaisonnement) ou <b>Crêpe au fromage*</b> <b>Carbonade Flamande (vbf)</b> ou <b>Dos de cabillaud sauce estragon</b> <b>Polenta crémeuse</b> ou <b>Brocolis</b> <b>Montboissier</b> ou <b>Faisselle</b> <b>Crème dessert au praliné</b> ou <b>Fruit</b>	Potage Saint Germain <b>Céleri râpé rémoulade</b> ou <b>Crevettes* et beurre</b> <b>Sauté d'agneau à l'orientale</b> ou <b>Boudin blanc* sauce porto</b> <b>Semoule BIO</b> ou <b>Chou de Bruxelles à la paysanne</b> (lardons) <b>Bûche des Dômes</b> ou <b>Petits suisses</b> <b>Crème renversée</b> ou <b>Compote et biscuit</b>	Potage crème de brocolis <b>Salami* et cornichon</b> ou <b>Carottes à la marocaine</b> <b>Rôti de dinde sauce madère et Purée de potimarron maison</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone sauce forestière et emmental râpé</b> <b>Pont l'Evêque (AOP)</b> ou <b>Fromage blanc</b> <b>Eclair au café</b> ou <b>Crème dessert au chocolat</b>
Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30	Vendredi 31		
Soupe à l'oignon <b>Chou blanc râpé aux raisins secs</b> ou <b>Pâté en croûte* et cornichon</b> <b>Cœur de merlu sauce dieppoise</b> ou <b>Tête de veau sauce gribiche</b> <b>Haricots verts persillés</b> ou <b>Pommes de terre vapeur persillées</b> <b>Brie</b> ou <b>Yaourt velouté nature</b> <b>Pot de crème au chocolat maison</b> ou <b>Fruit</b>	Soupe du chalet <b>Maquereau à la moutarde</b> ou <b>Salade aux deux racines</b> (carottes et betteraves cuites) <b>Quiche aux poireaux maison</b> ou <b>Rôti de bœuf (vbf) sauce poivre</b> <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</b> <b>Gouda</b> ou <b>Fromage blanc</b> <b>Pruneaux d'Agen au sirop et biscuit</b> ou <b>Yaourt aux fruits</b>	Potage fermier <b>Quiche Lorraine*</b> ou <b>Salade de Naples BIO</b> (pâtes BIO, courgettes, tomates, thon, vinaigrette) <b>Cuisse de canette confite au jus et Pommes noisettes*</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Endives au jambon blanc Label Rouge</b> <b>Fromage laits mélangés</b> (vache & chèvre) ou <b>Fromage frais ail et fines herbes</b> <b>Flan pâtissier</b> ou <b>Fruit</b>	Potage velouté de butternut <b>Macédoine de légumes mayonnaise</b> ou <b>Rillettes pur porc* et cornichon</b> <b>Boulettes d'agneau à la provençale</b> ou <b>Fondant de porc au romarin</b> <b>Purée St Germain maison</b> (pois cassés) ou <b>Salsifis persillés</b> <b>Emmental</b> ou <b>Faisselle</b> <b>Riz au lait maison</b> ou <b>Compote et biscuit</b>	Potage crème de brocolis <b>Carottes râpées à la vinaigrette</b> ou <b>Salade de riz aux deux couleurs</b> (riz thaï, concombre, curcuma, vinaigrette) <b>Dos de colin-lieu sauce hollandaise</b> ou <b>Omelette nature*</b> <b>Pâtes Pennes BIO et emmental râpé</b> ou <b>Ratatouille</b> <b>Saint Nectaire (AOP)</b> ou <b>Fromage blanc</b> <b>Compote pomme/poire maison et biscuit</b> ou <b>Crème dessert au caramel</b>		