



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 éco-labellisé MSC (pêche durable) et 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

MARS 2020

NOM : _____

PRÉNOM : _____

VILLE : _____

DATE RETOUR DU MENU : _____

MERCI DE RETOURNER VOS CHOIX AVANT LE 15 DU MOIS PRÉCÉDENT

Maison Le Roux
 63 Bld de Verdun - 95220 Herblay
TÉL : 01.39.60.59.92
 contact@maisonleroux.fr
 www.maisonleroux.fr

					Dimanche 1
					Potage carottes à l'orange Salade de Naples BIO (pâtes BIO, tomates, courgettes, thon, olives noires, vinaigrette) ou Segments de pomelos* et dosette de sucre Goulash Hongrois ou Travers de porc sauce miel Semoule BIO ou Chou-fleur persillé Comté (AOP) ou Fromage frais pavé ½ sel Crème dessert au caramel ou Fruit
Lundi 2	Mardi 3	Mercredi 4	Jeudi 5	Vendredi 6	Samedi 7
Potage cultivateur (Pdt, carottes, poireaux, navets, céleri) Champignons à la Grecque ou Salade créole (riz, poulet, ananas, tomates, raisins secs) Œufs à la Berrichonne (lardons, tomates, vin rouge) ou Cuisse de canette façon grand-mère Subric de pommes de terre ou Purée de butternut maison Saint Nectaire (AOP) ou Petits suisses Riz au lait ou Cocktail de fruits au sirop léger/biscuit	Potage fermier (Pdt, carottes, poireaux, chou vert) Salade du soleil BIO (pâtes BIO, carottes, jambon blanc, tomates, oignons, assaisonnement) ou Terrine aux 2 poissons* et dosette de mayonnaise Fricassée de poulet au curry ou Croque-Monsieur maison Riz BIO Pilaf ou Salade verte et dosette de vinaigrette Fromage de chèvre ou Yaourt nature Mousse aux marrons ou Fruit	Potage crème de brocolis Carottes râpées à la vinaigrette ou Salami* et cornichon Dos de colin-lieu sauce beurre blanc ou Steak haché (vbf) sauce échalotes Mousseline d'épinards maison ou Pâtes Coquillettes BIO et emmental râpé Camembert ou Fromage frais Cantafrais Pomme au four et dosette de confiture ou Yaourt aux fruits	Soupe à l'oignon Salade Bien-Etre BIO (pâtes BIO, maïs, courgettes, emmental, assaisonnement) ou Concombre à l'estragon et dosette de vinaigrette Paupiette de veau sauce poivre vert et Polenta crémeuse ou PLAT 2 EN 1 – Choucroute au Riesling Munster (AOP) ou Fromage blanc Gland au Kirch ou Compote et biscuit	Potage velouté de potimarron Salade de mâche et dosette de vinaigrette ou Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise Rognons de bœuf sauce chasseur ou Beaufilet de colin-lieu pané* et citron Pâtes Macaronis BIO et emmental râpé ou Gratin de brocolis maison Bûche des Dômes ou Petits suisses Abricots au sirop léger et biscuit ou Mousse au café	Soupe du chalet Feuilleté à la bolognaise* ou Avocat et dosette de mayonnaise Sauté d'agneau à la menthe ou Rôti de porc sauce ciboulette Haricots verts persillés ou Purée St Germain maison (pois cassés) Edam ou Yaourt velouté nature Liégeois à la vanille ou Fruit
Lundi 9	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12	Vendredi 13	Samedi 14
Potage Saint Germain Pâté de lapin* et cornichon ou Salade Di Palermo BIO (pâtes, tomates, surimi, crevettes, mayonnaise, ketchup) Blanquette de veau à l'ancienne ou Cœur de merlu sauce ensoleillée Riz BIO Pilaf ou Purée de potimarron maison Montboissier ou Fromage blanc Compote de pommes maison et biscuit ou Crème dessert au café	Potage carottes à l'orange Salade piémontaise ou Crevettes et beurre Quiche océane maison (filet de colin-lieu, moules, poireaux, emmental, crème, œuf, lait) ou Cuisse de lapin cocotte Salade de mâche et dosette de vinaigrette ou Pâtes Pennes BIO et emmental râpé Cantal (AOP) ou Yaourt nature Salade de fruits frais exotiques maison et biscuit ou Flan gélifié nappé au caramel	Potage cultivateur Salade de pâtes BIO à l'Indienne (pâtes risone BIO, filet de poulet, carottes, tomates, assaisonnement) ou Céleri rémoulade Fondant de porc à la moutarde ou Rôti de bœuf (vbf) sauce chasseur Choux de Bruxelles à la paysanne ou Pommes rôtis Mimolette ou Fromage Boursin ail et fines herbes Bavarois aux fruits rouges ou Fruit	Soupe du chalet (Pdt, carottes, navets, épinards) Carottes râpées à l'orange ou Pâté en croûte* et cornichon Gigot d'agneau rôti froid et dosette de moutarde ou Chipolatas* et confit d'oignons Haricots blancs à la Bretonne ou Petits pois à la Française Saint Paulin ou Petits suisses Pruneaux d'Agen à la cannelle et biscuit ou Fromage blanc aux fruits	Potage velouté de butternut Salade New-Orléans (haricots rouges, riz thaï, carottes, maïs, petits pois, vinaigrette) ou Segments de pomelos* et dosette de sucre Jambon blanc Label Rouge et Ratatouille ou PLAT 2 EN 1 – Brandade de morue Carré de l'Est ou Yaourt nature Crème dessert au praliné ou Compote et biscuit	Soupe aux vermicelles Salade de riz niçoise (riz thaï, tomates, thon, maïs, olives noires, poivrons, vinaigrette) ou Radis* et beurre Cuisse de pintade sauce normande ou Boulettes de bœuf (vbf) sauce napolitaine Julienne de légumes ou Semoule BIO Emmental ou Faisselle Délice au café ou Mousse au citron
Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20	Samedi 21
Potage fermier Cervelas à la vinaigrette ou Champignons à la Grecque Rôti de bœuf sauce poivre et Purée de céleri maison ou PLAT 2 EN 1 – Couscous Fromage brique croûte noire ou Petits suisses Crème dessert au caramel ou Ananas au sirop léger et biscuit	Potage crème de brocolis Salade charcutière (PdT, jambon blanc, cornichons, oignons, persil, assaisonnement) ou Maquereau à la moutarde* Sauté de veau à la Catalane ou Omelette* aux oignons et tomates Gratin de courgettes maison ou Riz BIO Pilaf Pont l'Evêque (AOP) ou Yaourt nature Tartelette au chocolat ou Liégeois au café	Potage velouté de potimarron Avocat et dosette de vinaigrette ou Lentilles BIO à la vinaigrette Cœur de merlu sauce dieppoise ou Quiche aux oignons et lardons maison Pâtes Pennes BIO et emmental râpé ou Salade de mâche et dosette de vinaigrette Munster (AOP) ou Fromage frais St Bricet Mousse aux marrons ou Fruit	Potage carottes à l'orange Chou rouge râpé à la vinaigrette ou Pâtes BIO à la Grecque (pâtes BIO, concombre, tomates, jambon blanc, feta) Saucisse de Toulouse* sauce échalotes ou Steak haché de bœuf (vbf) sauce marchand de vin Frites au four* ou Endives braisées Brie ou Faisselle Mirabelles au sirop léger et biscuit ou Yaourt aux fruits	Soupe du chalet Taboulé BIO (semoule BIO, tomates, concombre, poivrons, assaisonnement) ou Tomates persillées et dosette de vinaigrette Calamars à l'espagnole et Riz BIO Pilaf ou PLAT 2 EN 1 – Potée de canette Edam ou Yaourt velouté nature Pot de crème à la vanille maison ou Pomme au four	Potage cultivateur Asperges à la vinaigrette ou Salade de pommes de terre à la Dijonnaise (PdT, haricots verts, carottes, tomates, œuf dur, moutarde à l'ancienne) Boudin blanc* sauce Porto ou Bœuf bourguignon (vbf) Purée Crécy maison (carottes) ou Pâtes Macaronis BIO emmental râpé Gouda ou Fromage blanc Crème renversée ou Fruit
Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27	Samedi 28
Soupe aux vermicelles Salade de Bresse (PdT, haricots verts, émincé de poulet, maïs, olives noires, vinaigrette) ou Feuilleté à la bolognaise* Saucisse fumée supérieure* et dosette de moutarde ou Omelette* au fromage Lentilles BIO à la paysanne ou Petits pois à la Française Mimolette ou Faisselle Abricots au sirop léger et biscuit ou Fromage blanc aux fruits	Soupe à l'oignon Céleri rémoulade ou Mortadelle* et cornichon Dos de cabillaud sauce normande et Haricots verts persillés ou PLAT 2 EN 1 – Spaghettis BIO à la bolognaise (vbf) et emmental râpé Bûche des Dômes ou Petits suisses Semoule au lait maison ou Fruit	Potage velouté de butternut Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise ou Concombre et dosette de vinaigrette Filet de poulet sauce estragon ou Boudin noir* et sa compote de pommes maison Brocolis ou Purée de pommes de terre maison Carré de l'Est ou Fromage blanc Exquis exotique ou Flan gélifié nappé au caramel	Potage cultivateur Salade Paimpol (haricots blancs, lardons, échalotes, persil, vinaigrette) ou Carottes à la marocaine Quiche chèvre / épinards maison ou Normandin de veau* sauce forestière Salade verte et dosette de vinaigrette ou Polenta crémeuse Emmental ou Yaourt nature Poire cuite sauce chocolat ou Compote pomme/abricots maison et biscuit	Potage Saint Germain Salade camarguaise (riz thaï, haricots rouges, petits pois, oignons, persil, vinaigrette) ou Salade d'endives - dosette de vinaigrette Aile de raie sauce beurre blanc ou Gigot d'agneau rôti froid et dosette de moutarde Pommes de terre vapeur persillées ou Salsifis persillés Cantal (AOP) ou Fromage Boursin ail et fines herbes Pruneaux d'Agen au vin et biscuit ou Fruit	Potage carottes à l'orange Taboulé BIO au thon ou Chou blanc râpé aux raisins secs Rôti de veau sauce crème ou Carbonade Flamande (vbf) Poêlée méridionale (haricots verts, courgettes, tomates, poivrons, ail) ou Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé Camembert ou Yaourt velouté nature Tarte Bourdaloue ou Liégeois au chocolat
Lundi 30	Mardi 31				
Soupe du chalet Salade de hareng (PdT, hareng fumé, oignons, assaisonnement) ou Salade de haricots verts et œuf dur Daube de bœuf (vbf) ou Cuisse de pintade cocotte Carottes Vichy ou Pâtes Coquillettes BIO et emmental râpé Fromage brique croûte noire ou Petits suisses Ile flottante et sa crème anglaise ou Fruit	Potage crème de brocolis Salade Antillaise (riz thaï, carottes, maïs, ananas, rôti de dinde, raisins secs, poivrons) ou Maquereau à la moutarde* Quiche au saumon et brocolis maison et Salade verte et dosette vinaigrette ou PLAT 2 EN 1 – Tartiflette Edam ou Fromage frais Cantafrais Pomme au four ou Yaourt aux fruits				