

## 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 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

# JUIN 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 :                                |
|---------------------|---|
| Jeudi 28/05         | Jeudi 28/05<br>Vendredi 29/05                 |
| Vendredi 29/05      | Samedi 30/05<br>Dimanche 31/05<br>Lundi 01/06 |

**MERCI DE RETOURNER VOS CHOIX AVANT LE 10 DU MOIS PRÉCÉDENT**

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

Pour des raisons d'organisation, n'hésitez pas à nous retourner vos menus au plus tôt.  
 Merci

| Lundi 1   | Mardi 2   | Mercredi 3   | Jeudi 4  | Vendredi 5   | Samedi 6  | Dimanche 7  |
|---|---|--|--|--|---|---|
| <p>Potage cultivateur</p> <p>Asperges sauce mousseline</p> <p>Ballotin de veau* forestier</p> <p>Riz Basmati</p> <p>Cantal (AOP)</p> <p>Tartelette aux framboises</p>   | <p>Potage crème de carottes à la coriandre</p> <p>Salade de lentilles BIO aux lardons ou <b>Avocat*</b> et dosette de mayonnaise</p> <p>Estouffade de bœuf (vbf) délicieuse ou <b>Omelette* aux oignons et à la tomate</b></p> <p>Courgettes sautées à l'ail ou <b>Pommes de terre rissolées aux herbes*</b></p> <p>Fromage brique croûte noire ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b></p> <p>Fruit ou <b>Yaourt aux fruits</b></p>  | <p>Potage crème de haricots à la Russe</p> <p>Tomates et maïs et dosette vinaigrette ou <b>Taboulé BIO au thon</b></p> <p>Cœur de merlu sauce basilic ou <b>Quiche aux trois fromages maison</b></p> <p>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé ou <b>Salade verte</b> et dosette vinaigrette</p> <p>Gouda ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre</p> <p>Compote et son biscuit ou <b>Fruit</b></p>   | <p>Potage velouté de courgettes</p> <p>Rillettes pur porc* et cornichon ou <b>Salade Antillaise</b> (Riz thai parfumé, carottes fraîches, maïs, vinaigrette, poivron, ananas, roti de dinde, raisins secs, sel, poivre)</p> <p>Gigot d'agneau froid juste rôti Et dosette de moutarde ou <b>Cuisse de pintade chasseur</b></p> <p>Purée St Germain maison (pois cassés) ou <b>Haricots beurre persillés</b></p> <p>Fromage de chèvre ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre</p> <p>Crème dessert praliné ou <b>Ananas au sirop léger et biscuit</b></p> | <p>Potage crème de céleri</p> <p>Macédoine légumes à la mayonnaise ou <b>Salade Américaine</b> (Concombre frais, tomates fraîches, maïs, oignons frais, olives noires, vinaigrette, sel, poivre)</p> <p>Beaufilet de colin-lieu pané* citron et Pommes de terre vapeur persillées ou <b>PLAT 2 EN 1 - Moussaka macédonienne au porc</b></p> <p>Carré de l'Est ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre</p> <p>Poire cuite sauce chocolat ou <b>Liégeois au café</b></p>  | <p>Potage velouté de tomates gingembre</p> <p>Quiche Lorraine* ou <b>Marinade du soleil</b></p> <p>Saucisse de Francfort et dosette de moutarde et <b>Purée de chou-fleur maison</b> ou <b>PLAT 2 EN 1-Tortellinis boscone (vbf)</b> sauce tomate et emmental râpé</p> <p>Mimolette ou <b>Fromage Cantadou</b> ail et fines herbes</p> <p>Mousse au citron ou <b>Compote pommes/fraises maison et biscuit</b></p>                             | <p>Potage mouliné de légumes</p> <p>Carottes râpées citronnette ou <b>Salade aux deux pommes</b> (PdT, pomme fruit, crème, oignons frais, sel, poivre)</p> <p>Rôti de bœuf sauce échalotes (vbf) ou <b>Fricassée de poulet sauce suprême</b></p> <p>Riz BIO Pilaf ou <b>Cordial de légumes</b> (Carottes, navets, petits pois, salsifis, oignons)</p> <p>Montboissier ou <b>Yaourt velouté nature</b> et sucre</p> <p>Eclair au chocolat ou <b>Fruit</b></p>  |
| Lundi 8   | Mardi 9   | Mercredi 10  | Jeudi 11   | Vendredi 12  | Samedi 13   | Dimanche 14   |
| <p>Potage cresson</p> <p>Champignons à la Grecque ou <b>Salade Vendéenne</b> (Haricots blancs, vinaigrette, poitrine de porc, emmental, oignons frais, persil plat frais, ail, sel)</p> <p>Merguez-Dosette de ketchup et <b>Ratatouille</b> ou <b>PLAT 2 EN 1-Spaghettis BIO à la carbonara et emmental râpé</b></p> <p>Saint Paulin ou <b>Fromage frais Cantafrais</b></p> <p>Fruit ou <b>Crème dessert café</b></p>   | <p>Potage cultivateur</p> <p>Melon ou <b>Cervelas* à la vinaigrette</b></p> <p>Boulettes de bœuf sauce napolitaine (vbf) ou <b>Dos de colin-lieu sauce poivre vert</b></p> <p>Semoule BIO ou <b>Brocolis</b></p> <p>Pont l'Evêque (AOP) ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre</p> <p>Mousse au chocolat ou <b>Fruit</b></p>  | <p>Potage crème de carottes à la coriandre</p> <p>Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise ou <b>Courgettes râpées au basilic</b></p> <p>Filet de poulet sauce normande ou <b>Tête de veau sauce gribiche</b></p> <p>Purée de haricots verts maison ou <b>Pommes de terre vapeur persillées</b></p> <p>Emmental ou <b>Yaourt velouté nature</b> et sucre</p> <p>Flan pâtissier ou <b>Crème dessert caramel</b></p>   | <p>Potage crème de brocolis</p> <p>Salade bien-être BIO (Pâte BIO, maïs, courgette, mimolette, huile d'olive, vinaigre de vin, ciboulette, cerfeuil) ou <b>Crevettes* et beurre</b></p> <p>Quiche au thon et à la tomate maison et <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette ou <b>PLAT 2 EN 1- Chili con carne</b> (vbf)</p> <p>Fromage laits mélangés (vache et chèvre) ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou <b>Compote et biscuit</b></p>  | <p>Potage velouté de courgettes</p> <p>Concombre à l'estragon - Dosette de vinaigrette ou <b>Salade Finlandaise</b> (PdT, pommes fruits, concombre frais, mayonnaise, crevettes, aneth, sel, poivre)</p> <p>Aile de raie aux câpres ou <b>Daube de bœuf</b> (vbf)</p> <p>Riz BIO Pilaf ou <b>Carottes Vichy</b></p> <p>Camembert ou <b>Fromage Tartare</b> ail et fines herbes</p> <p>Pruneaux d'Agen au vin et biscuit ou <b>Crème dessert vanille</b></p>  | <p>Potage crème de haricots à la Russe</p> <p>Taboulé BIO ou <b>Salade de betteraves à l'œuf dur</b></p> <p>Rôti de veau sauce chasseur ou <b>Escalope de dindonneau à la viennoise* et son citron</b></p> <p>Gratin de blettes maison ou <b>Pâtes coquillettes BIO et emmental râpé</b></p> <p>Saint Nectaire (AOP) ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre</p> <p>Douceur aux fruits rouges ou <b>Fruit</b></p>                         | <p>Potage persil</p> <p>Segments de pomelos* ou <b>Salade de riz niçoise</b> (Riz thai parfumé, vinaigrette, tomate, thon, maïs, oignons frais, olives noires, poivron, sel)</p> <p>Cuisse de canette confite au jus ou <b>Jambon blanc Label Rouge</b></p> <p>Pommes noisettes* ou <b>Salade des Caraïbes</b> (Haricots verts, emincé de poulet, ananas, maïs, vinaigrette, poivron rouge, céleri, sel, poivre)</p> <p>Brie ou <b>Fromage fondu Six de Savoie</b></p> <p>Crème renversée ou <b>Fruit</b></p> |
| Lundi 15  | Mardi 16  | Mercredi 17  | Jeudi 18   | Vendredi 19  | Samedi 20   | Dimanche 21   |
| <p>Potage crème de céleri</p> <p>Pastèque ou <b>Salade de Naples BIO</b> (Pâtes BIO, tomates, courgette, thon, cerfeuil, oignons, olive noire, vinaigrette, curcuma, sel, poivre)</p> <p>Sauté d'agneau estival ou <b>Rôti de dinde sauce crème</b></p> <p>Haricots blancs façon grand-mère ou <b>Verdurette</b> (Petits pois, haricots verts)</p> <p>Edam ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre</p> <p>Semoule au lait maison ou <b>Compote et biscuit</b></p>   | <p>Potage soupe froide Gaspacho</p> <p>Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise ou <b>Salade Californienne</b> (Riz thaï parfumé, tomates fraîches, concombre frais, vinaigrette, ananas, maïs, olive noire, oignons frais, persil plat frais, poivre, sel))</p> <p>Chipolatas* et son confit d'oignons ou <b>Quiche chèvre / épinards maison</b></p> <p>Gratin Dauphinois maison ou <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette</p> <p>Fromage brique croûte noire ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou <b>Mirabelles au sirop léger et biscuit</b></p> | <p>Potage cultivateur</p> <p>Salade de rollmops aux deux pommes (PdT, rollmops, crème, lait, pommes fruits, oignons frais, persil plat frais, sel, poivre) ou <b>Tomate persillée</b> et dosette de vinaigrette</p> <p>Filet de colin meunière* et citron ou <b>Fricassée de poulet antillais</b></p> <p>Purée du soleil maison (carottes, PdT, poivrons) ou <b>Riz BIO Pilaf</b></p> <p>Mimolette ou <b>Fromage frais St Môret</b></p> <p>Salade de fruits frais maison et biscuit ou <b>Mousse au café</b></p> | <p>Potage persil</p> <p>Feuilleté à la bolognaise* ou <b>Melon</b></p> <p>Rosbif (vbf) froid sauce béarnaise ou <b>Œufs à la Berrichonne</b> (œufs, lardons, tomates, vin rouge)</p> <p>Macédoine à la mayonnaise ou <b>Polenta crémeuse</b></p> <p>Cantal (AOP) ou <b>Yaourt velouté nature</b> et sucre</p> <p>Plaisir chocolat ou <b>Liégeois à la vanille</b></p>  | <p>Potage mouliné de légumes</p> <p>Salade du Chef (Concombre frais, tomates fraîches, maïs, vinaigrette, sel, menthe) ou <b>Salade de lentilles BIO aux lardons</b> (lentilles BIO, lardons, carottes, oignons, vinaigrette)</p> <p>Cœur de merlu sauce ciboulette et Purée de courgettes maison ou <b>PLAT 2 EN 1 - Tajine de veau citron / olives et pommes de terre</b></p> <p>Bûche des Dômes ou <b>Fromage Boursin</b> ail et fines herbes</p> <p>Compote pommes/abricots maison et biscuit ou <b>Fromage blanc aux fruits</b></p> | <p>Potage cresson</p> <p>Asperges à la vinaigrette ou <b>Salade méditerranéenne</b> (PdT, tomates fraîches, céleri, poivron, œuf, vinaigrette, persil plat frais)</p> <p>Cuisse de lapin sauce moutarde ou <b>Fondant de porc au romarin</b></p> <p>Pâtes Macaronis BIO et emmental râpé ou <b>Salsifis</b></p> <p>Gouda ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre</p> <p>Ile flottante et sa crème anglaise ou <b>Fruit de saison</b></p> | <p>Potage crème de brocolis</p> <p>Mousse de foie* et cornichon ou <b>Carottes à la marocaine</b></p> <p>Rôti de porc sauce miel et Aubergines à la provençale ou <b>PLAT 2 EN 1-Hachis Parmentier maison (vbf)</b></p> <p>Munster (AOP) ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p>Clafoutis aux cerises ou <b>Mousse au marrons</b></p>   |
| Lundi 22  | Mardi 23  | Mercredi 24  | Jeudi 25   | Vendredi 26  | Samedi 27   | Dimanche 28   |
| <p>Potage crème de carottes à la coriandre</p> <p>Salade de betteraves à la crème ou <b>Crevettes* et beurre</b></p> <p>Sauté de dinde à la provençale et blettes persillées ou <b>PLAT 2 EN 1 - Jambalaya</b> (riz, haut de cuisse poulet, saucisse fumée, chorizo, poivrons, tomates, curry)</p> <p>Camembert ou <b>Fromage frais Carré frais</b></p> <p>Fruit ou <b>Crème dessert chocolat</b></p>   | <p>Potage crème de haricots à la Russe</p> <p>Salade Brestoise (PdT, maquereau, moutarde, tomates fraîches, oignons frais, ciboulette, sel, poivre) ou <b>Pastèque</b></p> <p>Rôti de veau sauce poivre ou <b>Andouillette sauce moutarde</b></p> <p>Gratin de chou-fleur maison ou <b>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</b></p> <p>Montboissier ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p>Eclair au café ou <b>Fruit</b></p>  | <p>Potage velouté de courgettes</p> <p>Salade mexicaine (Maïs, poivrons, haricots rouges, vinaigrette, oignons frais, olives noires, sel, poivre) ou <b>Concombre</b> et dosette de vinaigrette</p> <p>Quiche aux oignons maison et <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette ou <b>PLAT 2 EN 1 - Choucroute de la mer</b></p> <p>Emmental ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou <b>Pruneaux d'Agen à la cannelle et biscuit</b></p>   | <p>Potage velouté de tomates gingembre</p> <p>Melon ou <b>Salade de riz aux deux couleurs</b> (Concombre, riz thaï, vinaigrette, huile d'olive, coriandre, sel, poivre, curcuma)</p> <p>Steak haché de bœuf (vbf) sauce marchand de vin ou <b>Gigot d'agneau froid juste rôti</b> Dosette de moutarde</p> <p>Frites au four* ou <b>Haricots verts persillés</b></p> <p>Saint Nectaire (AOP) ou <b>Fromage fondu Samos</b></p> <p>Pot de crème vanille maison ou <b>Fruit</b></p>   | <p>Potage cresson</p> <p>Courgettes râpées au basilic ou <b>Salami* et cornichon</b></p> <p>Dos de colin-lieu sauce oseille ou <b>Jambon persillé de Bourgogne</b> (Froid)</p> <p>Pâtes Pennes BIO et emmental râpé ou <b>Salade Catalane</b> (Tomates, haricots verts, poivrons, œuf, vinaigrette, oignons frais rouge, câpres, olives noires, ail)</p> <p>Brie ou <b>Fromage Cantadou</b> ail et fines herbes</p> <p>Abricots au sirop léger et biscuit ou <b>Liégeois à la vanille</b></p>  | <p>Potage crème de céleri</p> <p>Galantine de volaille* ou <b>Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette</b></p> <p>Boudin blanc* sauce Porto ou <b>Normandin de veau* sauce forestière</b></p> <p>Purée Crécy maison (carottes) ou <b>Riz BIO Pilaf</b></p> <p>Saint Paulin ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre</p> <p>Gourmandise passion ou <b>Fruit</b></p>  | <p>Potage cultivateur</p> <p>Radis* et beurre ou <b>Tresse au fromage*</b></p> <p>Bœuf (vbf) à la Niçoise ou <b>Omelette* aux oignons et aux lardons</b></p> <p>Semoule BIO ou <b>Ratatouille</b></p> <p>Coulommiers ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre</p> <p>Liégeois au chocolat ou <b>Compote et biscuit</b></p>   |
| Lundi 29  | Mardi 30  |  |  |  |   |   |
| <p>Potage crème de haricots à la Russe</p> <p>Marinade du soleil (carottes, choux-fleurs, courgettes, poivrons, tomates, olives) ou <b>Salade de pâtes à l'Indienne BIO</b> (Pâtes risone BIO, filet de poulet, carottes, tomates, coriandre, oignons rouge, olive, huile d'olive, vinaigrette...)</p> <p>Cuisse de pintade sauce normande et Navets et carottes persillés ou <b>PLAT 2 EN 1 - Rôti de porc ½ sel froid et dosette de moutarde et Lentilles BIO à la vinaigrette</b></p> <p>Fromage brique croûte noire ou <b>Fromage frais St Bricet</b></p> <p>Fruit ou <b>Riz au lait maison</b></p> | <p>Potage mouliné de légumes</p> <p>Avocat et dosette de vinaigrette ou <b>Œuf en gelée</b> (Œuf, gelée, carottes fraîches, céleri, courgettes, tomate fraîche, Jambon Label rouge, persil plat frais, estragon)</p> <p>Quiche Lorraine maison et <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette ou <b>PLAT 2 EN 1 - Parmentier de canard</b></p> <p>Pont l'Evêque (AOP) ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre</p> <p>Yaourt aux fruits ou <b>Fruit</b></p>   |  |  |  |   |   |