

## 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

## AOÛT 2020

NOM : \_\_\_\_\_

PRÉNOM : \_\_\_\_\_

VILLE : \_\_\_\_\_

DATE RETOUR DU MENU : \_\_\_\_\_

**MERCI DE RETOURNER VOS CHOIX AVANT LE 05 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

				Samedi 1		Dimanche 2	
				<b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur) <b>Céleri rémoulade</b> ou <b>Terrine aux trois poissons*</b> et dosette de mayonnaise <b>Cuisse de pintade cocotte</b> ou <b>Omelette* aux herbes</b> <b>Riz BIO Pilaf</b> ou <b>Ratatouille</b> <b>Edam</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> ou <b>Crème dessert café</b>		<b>Potage velouté de tomates / basilic</b> <b>Galantine aux olives*</b> ou <b>Asperges à la vinaigrette</b> <b>Rôti de porc sauce ciboulette</b> ou <b>Carbonade (vbf) Flamande</b> <b>Salsifis</b> ou <b>Pommes de terre vapeur persillées</b> <b>Coulommiers</b> ou <b>Fromage Tartare ail et fines herbes</b> <b>Mille-feuilles</b> ou <b>Mousse au chocolat</b>	
Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7	Samedi 8	Dimanche 9	
<b>Potage persil</b> <b>Salade finlandaise</b> (PdT, pommes fruits, concombre frais, mayonnaise, crevettes, aneth, sel, poivre) ou <b>Avocat</b> et dosette de vinaigrette <b>Rôti de dinde sauce madère</b> ou <b>Tomates farcies</b> <b>Haricots verts persillés</b> ou <b>Riz BIO Pilaf</b> <b>Saint Paulin</b> ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> ou <b>Crème dessert au praliné</b>	<b>Potage Crécy</b> (carottes) <b>Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette</b> ou <b>Saucisson à l'ail* et cornichon</b> <b>Sauté de veau à la Catalane</b> ou <b>Cœur de merlu froid à la vinaigrette à l'aneth</b> <b>Semoule BIO</b> ou <b>Salade Catalane</b> (tomates, haricots verts, œufs, poivrons, câpres, oignons, vinaigrette) <b>Fromage de chèvre</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre <b>Tartelette aux fraises</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage Provençal</b> <b>Macédoine à la russe</b> (Macédoine, mayonnaise, œuf dur, jambon blanc Label Rouge) ou <b>Melon</b> <b>Quiche océane maison</b> ou <b>Navarin d'agneau</b> <b>Salade verte</b> ou <b>Pommes de terre vapeur persillées</b> <b>Gouda</b> ou <b>Fromage frais Chanteneige</b> <b>Compote pomme/rhubarbe maison et biscuit</b> ou <b>Flan gélifié nappé caramel</b>	<b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur) <b>Tomate persillée</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Crevettes* et beurre</b> <b>Rosbif froid (vbf) sauce béarnaise</b> ou <b>Saucisse de Toulouse* sauce échalotes</b> <b>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</b> ou <b>Petits pois à la Française</b> <b>Saint Nectaire (AOP)</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Mousse au café</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage velouté de courgettes au curry</b> <b>Pastèque</b> ou <b>Salade de pâtes BIO à l'Indienne</b> (pâtes BIO, filet de poulet, carottes, tomates, oignons rouges, olives noires, assaisonnement) <b>Fricassée de poulet sauce crème d'ail et Blettes persillées</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Brandade de morue</b> <b>Carré de l'Est</b> ou <b>Fromage Cantadou</b> ail et fines herbes <b>Compote et biscuit</b> ou <b>Semoule au lait</b>	<b>Potage crème de haricots à la Russe</b> <b>Taboulé BIO au thon</b> (semoule BIO, thon, tomates, concombre, poivrons, assaisonnement) ou <b>Pâté de canard* et cornichon</b> <b>Travers de porc sauce miel</b> ou <b>Paupiette de veau* sauce forestière</b> <b>Aubergines à la provençale</b> ou <b>Riz BIO Pilaf</b> <b>Brie</b> ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre <b>Douceur chocolat</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Salade coleslaw</b> (Carotte et chou blanc râpés à la 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) <b>Rôti de bœuf (vbf) sauce poivre</b> ou <b>Omelette* au fromage</b> <b>Pommes rôstis*</b> ou <b>Purée Crécy maison</b> (carottes) <b>Cantal (AOP)</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Crème renversée</b> ou <b>Fruit</b>	
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Samedi 15	Dimanche 16	
<b>Potage Crécy</b> (carottes) <b>Salade de haricots verts et œuf dur</b> ou <b>Feuilleté à la bolognaise*</b> <b>Cuisse de canette façon grand-mère et purée de chou-fleur</b> ou <b>PLAT 2 EN 1-Rôti de porc froid ½ sel</b> et dosette de moutarde <b>et lentilles BIO à la vinaigrette</b> <b>Camembert</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> ou <b>Riz au lait maison</b>	<b>Potage persil</b> <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise ou <b>Pastèque</b> <b>Filet de colin meunière* et citron</b> ou <b>Merguez*</b> et dosette de ketchup <b>Ratatouille</b> ou <b>Pâtes BIO macaronis et emmental râpé</b> <b>Fromage brique croûte noire</b> ou <b>Fromage fondu Samos</b> <b>Fromage blanc fruité</b> ou <b>Pruneaux d'Agen au vin et biscuit</b>	<b>Potage velouté de tomates / basilic</b> <b>Segments de pomelos*</b> ou <b>Salade Paimpol</b> (Haricots blancs, échalotes, lardons, vinaigrette, persil) <b>Langue de bœuf sauce piquante (vbf)</b> ou <b>Jambon blanc Label Rouge</b> <b>Purée de pomme de terre maison</b> ou <b>Gratin de courgettes maison</b> <b>Montboissier</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Liégeois au chocolat</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Mousse de foie* et cornichon</b> ou <b>Carottes râpées citronnette</b> <b>Rôti de veau sauce crème et pommes de terre vapeur persillées</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Œufs Florentine sauce Mornay</b> (épinards, œufs durs) <b>Edam</b> ou <b>Fromage Tartare</b> ail et fines herbes <b>Tartelette tatin</b> ou <b>Compote et biscuit</b>	<b>Soupe froide de concombre à la menthe</b> <b>Tresse au fromage*</b> ou <b>Pasta BIO à la grecque</b> (pâtes BIO, féta, concombre, jambon blanc, tomates) <b>Steak haché de bœuf (vbf) sauce marchand de vin</b> ou <b>Dos de cabillaud sauce estragon</b> <b>Polenta crémeuse</b> ou <b>Fenouil braisé à la provençale</b> <b>Mimolette</b> ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre <b>Ananas au sirop léger et biscuit</b> ou <b>Mousse de marrons</b>	<b>Potage velouté de courgettes au curry</b>  <b>Tartare de légumes au basilic</b>  <b>PLAT 2 EN 1</b> <b>Choucroute de la mer</b>  <b>Bûche des Dômes</b>  <b>Paris Brest</b>	<b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur) <b>Salade charcutière</b> (PdT, jambon blanc, huile de colza, oignons frais, cornichons, persil plat frais, sel, poivre) ou <b>Salade de betteraves à la crème</b> <b>Cuisse de poulet sauce Vallée d'Auge</b> ou <b>Bœuf (vbf) aux oignons</b> <b>Bouquetière de légumes</b> (carottes, haricots verts, courgettes, céleri, oignons) ou <b>Pâtes Coquillettes BIO et emmental râpé</b> <b>Pont l'Evêque (AOP)</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> ou <b>Crème dessert au caramel</b>	
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21	Samedi 22	Dimanche 23	
<b>Potage crème de haricots à la Russe</b> <b>Avocat*</b> et dosette de mayonnaise ou <b>Pâté en croûte* et cornichon</b> <b>Dos de colin-lieu sauce poivre vert et mousseline d'épinards</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Axoa de veau</b> (haché de veau, riz, tomates, poivrons) <b>Emmental</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> ou <b>Cocktail de fruits au sirop léger et biscuit</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Terrine au saumon fumé* et citron</b> ou <b>Carottes à la marocaine</b> <b>Tarte méditerranéenne maison et salade verte</b> ou <b>PLAT 2 EN 1- Rôti de dinde froid</b> et dosette de moutarde <b>et taboulé BIO</b> <b>Coulommiers</b> ou <b>Fromage Boursin</b> ail et fines herbes <b>Compote et biscuit</b> ou <b>Yaourt aux fruits</b>	<b>Potage velouté de courgettes au curry</b> <b>Salade du soleil BIO</b> (pâtes BIO, carottes, jambon blanc, tomates, olives, oignons, basilic, assaisonnement) ou <b>Concombre à l'estragon</b> et dosette de vinaigrette <b>Chipolatas* et son confit d'oignons</b> ou <b>Rôti de bœuf (vbf) sauce chasseur</b> <b>Purée de brocolis maison</b> ou <b>Polenta crémeuse</b> <b>Fromage laits mélangés</b> (vache et chèvre) ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Tartelette fruits rouges crumble</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage Provençal</b> <b>Radis et beurre</b> ou <b>Salade de lentilles BIO aux lardons</b> <b>Gigot d'agneau froid juste rôti</b> et dosette de moutarde ou <b>Boudin blanc sauce Porto</b> <b>Gratin dauphinois maison</b> ou <b>Gratin de blettes maison</b> <b>Brie</b> ou <b>Fromage frais Cantafrais</b> <b>Fruit</b> ou <b>Ile flottante et sa crème anglaise</b>	<b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur) <b>Melon</b> ou <b>Crêpe aux champignons*</b> <b>Cœur de merlu sauce dieppoise</b> ou <b>Steak haché de bœuf (vbf) sauce échalotes</b> <b>Pâtes coquillettes BIO et emmental râpé</b> ou <b>Légumes ensoleillés</b> (Haricots verts, courgettes, aubergines, poivrons, oignons) <b>Saint Nectaire (AOP)</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Flan gélifié nappé caramel</b> ou <b>Pêche au sirop léger et biscuit</b>	<b>Potage persil</b> <b>Asperges à la vinaigrette</b> ou <b>Céleri rémoulade</b> <b>Cuisse de lapin en blanquette et carottes Vichy</b> ou <b>PLAT 2 EN 1-Jambon persillé de Bourgogne et sa salade piémontaise</b> <b>Munster (AOP)</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Moelleux au chocolat</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage velouté de tomates / basilic</b> <b>Marinade du soleil</b> (carottes, chou-fleur, courgettes, poivrons, tomates, olives) ou <b>Salade du pêcheur</b> (PdT, tomates, thon, œuf, olives noires, mayonnaise, persil) <b>Rôti de veau sauce napolitaine</b> ou <b>Œufs à la Berrichonne</b> (vin rouge, lardons, tomates) <b>Semoule BIO</b> ou <b>Haricots verts persillés</b> <b>Comté (AOP)</b> ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b> <b>Crème dessert au café</b> ou <b>Compote et biscuit</b>	
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28	Samedi 29	Dimanche 30	
<b>Potage velouté de courgettes au curry</b> <b>Noix de jambon fumé* et son beurre</b> ou <b>Champignons à la grecque</b> <b>Filet de poulet sauce mexicaine et Pâtes Pennes BIO et emmental râpé</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Moussaka Bulgare</b> <b>Camembert</b> ou <b>Fromage frais St Bricet</b> <b>Crème dessert chocolat</b> ou <b>Compote pomme maison et biscuit</b>	<b>Soupe froide gaspacho</b> <b>Taboulé BIO au thon</b> ou <b>Radis et beurre</b> <b>Sauté de veau marengo</b> ou <b>Omelette* lardons / oignons</b> <b>Purée de courgettes maison</b> ou <b>Subric de pommes de terre</b> <b>Fromage brique croûte noire</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Douceur tiramisu</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage crème de haricots à la Russe</b> <b>Carottes râpées aux raisins secs</b> ou <b>Salade de riz niçoise</b> (Riz thaï parfumé, vinaigrette, tomate, thon, maïs, oignons frais, olives noires, poivron, sel) <b>Filet de saumon froid sauce béarnaise</b> (sous réserve de disponibilité) ou <b>Quiche chèvre / tomates maison</b> <b>Salade Bien-Etre BIO</b> (pâtes BIO, maïs, courgettes, emmental, assaisonnement) ou <b>Salade verte</b> <b>Gouda</b> ou <b>Fromage Cantadou</b> ail et fines herbes <b>Fruit</b> ou <b>Poire cuite sauce chocolat</b>	<b>Potage persil</b> <b>Pastèque</b> ou <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise <b>Andouillette de porc* et son confit d'oignons</b> ou <b>Rosbif froid</b> et dosette de moutarde <b>Frites au four*</b> ou <b>Jardinière fraîche de légumes</b> <b>Cantal (AOP)</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Semoule au lait maison</b> ou <b>Compote et biscuit</b>	<b>Potage Crécy</b> (carottes) <b>Salade Landaise</b> (PdT, gésiers de volaille, oignons, persil, vinaigrette) ou <b>Tomate persillée</b> et dosette de vinaigrette <b>Cuisse de pintade sauce chasseur</b> ou <b>Aile de raie aux câpres</b> <b>Gratin de chou-fleur maison</b> ou <b>Riz BIO Pilaf</b> <b>Carré de l'Est</b> ou <b>Fromage fondu Kiri</b> <b>Mirabelles au sirop léger et biscuit</b> ou <b>Liégeois au café</b>	<b>Potage Provençal</b> <b>Pizza au fromage*</b> ou <b>Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette</b> <b>Fondant de porc sauce crème d'ail et Haricots beurre persillés</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone (vbf)* sauce forestière et emmental râpé</b> <b>Mimolette</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> ou <b>Mousse au chocolat</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Melon</b> ou <b>Rillettes pur porc* et cornichon</b> <b>Sauté d'agneau estival</b> ou <b>Jambon blanc Label Rouge</b> <b>Riz BIO Pilaf</b> ou <b>Purée de céleri maison</b> <b>Montboissier</b> ou <b>Yaourt velouté nature</b> et dosette de sucre <b>Gland au Kirsch</b> ou <b>Fruit</b>	
Lundi 31							
<b>Potage velouté de tomates / basilic</b> <b>Macédoine au thon</b> ou <b>Feuilleté poulet/poireaux</b> <b>Boudin noir et sa compote de pommes et purée de pommes de terre maison</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Œufs durs</b> et dosette de mayonnaise <b>et salade des caraïbes</b> (Haricots verts, emincé de poulet, ananas, maïs, vinaigrette, poivron rouge, céleri, sel, poivre) <b>Edam</b> ou <b>Fromage frais Cantafrais</b> <b>Salade de fruits frais et biscuit</b> ou <b>Crème dessert au caramel</b>							