

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

OCTOBRE 2020

NOM : _____
 PRÉNOM : _____
 VILLE : _____
 DATE RETOUR DU MENU : _____

MERCI DE RETOURNER VOS CHOIX AVANT LE 1^{er} DU MOIS PRECEDENT

** Pour toute absence exceptionnelle, veuillez nous contacter **

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

Semaine bleue du 05 au 09 octobre : Normandie, Bourgogne-Franche-Comté, Grand-Est, Nouvelle-Aquitaine, Hauts-de-France



			Jeudi 1	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4
			<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Concombre bulgare ou Tresse feuilletée au fromage*</p> <p>Gigot d'agneau rôti froid et dosette de moutarde ou Sauté de porc au curry</p> <p>Pâtes BIO à la tomate et emmental râpé ou Salsifis persillés</p> <p>Saint Paulin ou Fromage frais St Môret</p> <p>Fruit ou Petits suisses fruités</p>	<p>Potage cresson</p> <p>Carottes râpées à l'orange ou Pâté de campagne supérieur* et cornichon</p> <p>Steak haché (vbf) sauce échalotes et Aubergines à la provençale ou PLAT 2 EN 1 – Choucroute de la mer</p> <p>Emmental ou Petits suisses et dosette de sucre</p> <p>Semoule au lait maison ou Compote et biscuit</p>	<p>Potage poireaux / pommes de terre</p> <p>Salade Bien-Etre BIO (pâtes BIO, maïs, courgettes, emmental, vinaigrette) ou Salade coleslaw (Carotte et chou blanc râpés à la mayonnaise)</p> <p>Filet de poulet sauce suprême et Petits pois à la Française ou PLAT 2 EN 1 – Feijoada (Sauté de porc, haricots rouges, tomate, vin blanc, oignons, ail, curry, coriandre, cumin, clou de girofle, sel, poivre)</p> <p>Carré de l'Est ou Yaourt velouté nature et sucre</p> <p>Douceur chocolat ou Fruit</p>	<p>Potage crème de carottes</p> <p>Champignons à la Grecque ou Salade Niçoise (Pdt, haricots verts, thon, tomates, œuf, vinaigrette)</p> <p>Rôti de veau à la provençale ou Omelette au fromage*</p> <p>Riz BIO Pilaf ou Mousseline d'épinards maison</p> <p>Munster (AOP) ou Yaourt nature et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Crème dessert au café</p>
Lundi 5 NORMANDIE	Mardi 6 BOURGOGNE-FRANCHE-COMTE	Mercredi 7 GRAND-EST	Jeudi 8 NOUVELLE-AQUITAINE	Vendredi 9 HAUTS-DE-FRANCE	Samedi 10	Dimanche 11
<p>Potage velouté Dubarry (chou-fleur)</p> <p>Salade normande (Pdt, pommes, moules, persil, oignons, crème, sel) ou Macédoine à la mayonnaise</p> <p>Cuisse de poulet sauce Vallée d'Auge ou Boulettes de bœuf* sauce napolitaine (vbf)</p> <p>Courgettes sautées à l'ail ou Pâtes BIO coquillettes et emmental râpé</p> <p>Camembert ou Faisselle et dosette de sucre</p> <p>Riz au lait ou Fruit</p>	<p>Soupe du chalet (Pdt, carottes, navets, épinards)</p> <p>Jambon persillé de Bourgogne* ou Salade antillaise (Riz thai parfumé, carottes fraîches, maïs, vinaigrette, poivron, ananas, roti de dinde, raisins secs, sel, poivre)</p> <p>Bœuf bourguignon (vbf) ou Dos de cabillaud sauce beurre blanc</p> <p>Pommes de terre et carottes persillées ou Brocolis</p> <p>Montboissier ou Fromage blanc et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Compote et biscuit</p>	<p>Potage fermier (Pdt, poireaux, carottes, chou vert)</p> <p>Flammekueche* ou Tomate persillée à la vinaigrette et dosette de vinaigrette</p> <p>Tarte alsacienne au Munster AOP maison ou Normandin de veau sauce forestière</p> <p>Salade de mâche et dosette de vinaigrette ou Riz BIO pilaf</p> <p>Carré de l'Est ou Fromage Boursin ail et fines herbes</p> <p>Mirabelles au sirop léger et biscuit ou Liégeois au café</p>	<p>Potage velouté de butternut</p> <p>Rillettes de sardine au piment d'espelette ou Salade du soleil BIO (Pâtes BIO, carottes fraîches, jambon label rouge, basilic frais, tomates fraîches, oignons rouges, olives noires, huile d'olive, huile de tournesol, vinaigre de vin, moutarde sel, poivre)</p> <p>Omelette* et ratatouille ou PLAT 2 EN 1- Cassoulet</p> <p>Yaourt au lait de Brebis et sucre ou Cantal AOP</p> <p>Fruit ou Crème dessert chocolat</p>	<p>Potage poireaux / pommes de terre</p> <p>Salade d'endives et dosette de vinaigrette ou Feuilleté à la bolognaise*</p> <p>Poisson façon fish and chips* et sauce tartare ou Jambon blanc sauce Madère</p> <p>Frites au four ou Poêlée de légumes (brocolis, haricots verts, champignons, poivrons)</p> <p>Maroilles ou Fromage fondu Six de Savoie</p> <p>Tarte au sucre ou Fromage blanc aux fruits</p>	<p>Potage cresson</p> <p>Salade de lentilles BIO à la vinaigrette ou Saucisson sec* et cornichon</p> <p>Sauté de veau à la Catalane ou Merguez* et dosette de ketchup</p> <p>Salsifis persillés ou Riz BIO pilaf</p> <p>Fromage brique croûte noire ou Yaourt velouté nature et sucre</p> <p>Mousse au citron ou Pêche au sirop léger et biscuit</p>	<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Chou blanc râpé aux raisins secs ou Salade de hareng (PdT, hareng fumé, persil, assaisonnement)</p> <p>Rôti de dinde sauce crème ou Estouffade de bœuf (vbf) délicieuse</p> <p>Polenta crémeuse ou Purée de céleri maison</p> <p>Saint Paulin ou Fromage blanc et dosette de sucre</p> <p>Eclair au café ou Fruit</p>
Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
<p>Potage crème de carottes</p> <p>Poireaux à la vinaigrette ou Salade vendéenne (Haricots blancs, vinaigrette, poitrine de porc, emmental, oignons frais, persil plat frais, ail, sel)</p> <p>Curry d'agneau ou Jambon blanc Label Rouge</p> <p>Semoule BIO ou Petits pois à la Française</p> <p>Fromage laits mélangés (vache & chèvre) ou Fromage frais Chanteneige</p> <p>Poire cuite sauce chocolat ou Fruit</p>	<p>Potage velouté de butternut</p> <p>Terrine aux deux poissons* et dosette de mayonnaise ou Salade italienne BIO (Pâte BIO, carottes fraîches, courgettes fraîches, tomates fraîches, olives noires, crème, basilic, emmental, mayonnaise, curcuma, sel, poivre)</p> <p>Boudin noir* et sa compote de pommes maison ou Cuisse de pintade sauce normande</p> <p>Purée de pommes de terre maison ou Haricots beurre persillés</p> <p>Mimolette ou Faisselle et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Mousse aux marrons</p>	<p>Potage poireaux / pommes de terre</p> <p>Crêpe aux champignons* ou Courgettes râpées au basilic</p> <p>Cœur de merlu sauce ensoleillée ou Colombo de dinde</p> <p>Brocolis ou Riz BIO Pilaf</p> <p>Montboissier ou Yaourt nature et dosette de sucre</p> <p>Crème dessert praliné ou Fruit</p>	<p>Soupe du chalet (Pdt, carottes, navets, épinards)</p> <p>Pâté en croûte* et cornichon ou Tomate persillée et dosette de vinaigrette</p> <p>Carbonade Flamande (vbf) ou Saucisse de Francfort* et dosette de moutarde</p> <p>Carottes Vichy ou Purée St Germain maison (pois cassés)</p> <p>Pont l'Evêque (AOP) ou Fromage fondu Kiri</p> <p>Bavarois aux fruits rouges ou Mousse au café</p>	<p>Potage cresson</p> <p>Salade de haricots verts à la vinaigrette ou Salade Charcutière (PdT, jambon blanc, cornichon, oignon, persil, assaisonnement)</p> <p>Dos de colin-lieu sauce champignons et gratin de chou-fleur ou PLAT 2 EN 1 – Axoa de veau (haché de veau, riz basmati, tomates, poivrons)</p> <p>Munster (AOP) ou Yaourt velouté nature et sucre</p> <p>Crème dessert au caramel ou Abricots au sirop léger et biscuit</p>	<p>Potage velouté Dubarry (chou-fleur)</p> <p>Radis* et beurre ou Œuf dur BIO* entier et sa coquille et dosette de mayonnaise</p> <p>Cuisse de canette sauce poivre vert ou Croque-Monsieur maison</p> <p>Pommes Dauphines* ou Salade verte et dosette de vinaigrette</p> <p>Edam ou Fromage blanc et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Compote et biscuit</p>	<p>Potage soupe à l'oignon</p> <p>Salade Exotique (riz thaï, ananas, maïs, surimi, olives noires, vinaigrette) ou Salade de betteraves à la vinaigrette</p> <p>Crêpinette de porc sauce tomate ou Rôti de bœuf (vbf) sauce marchand de vin</p> <p>Choux de Bruxelles à la paysanne (choux de Bruxelles, lardons) ou Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</p> <p>Coulommiers ou Fromage Tartare ail et fines herbes</p> <p>Tarte aux pommes ou Semoule au lait</p>
Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Taboulé à l'orientale BIO ou Avocat et dosette de vinaigrette</p> <p>Blanquette de veau à l'ancienne ou Dos de cabillaud sauce estragon</p> <p>Jardinière de légumes ou Pommes de terre vapeur persillées</p> <p>Saint Paulin ou Petits suisses et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Pruneaux d'Agen au vin et biscuit</p>	<p>Potage soupe aux vermicelles</p> <p>Cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette ou Crevettes* et beurre</p> <p>Cuisse de lapin sauce forestière et Endives braisées ou PLAT 2 EN 1 – Potée auvergnate</p> <p>Fromage de chèvre ou Faisselle et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Flan gélifié nappé au caramel</p>	<p>Potage crème de carottes</p> <p>Salade de rollmops aux deux pommes (PdT, pommes, rollmops, crème, lait, persil, oignons) ou Chou blanc râpé à l'ananas</p> <p>Quiche aux oignons et aux lardons maison ou Sauté d'agneau à l'Indienne</p> <p>Salade de mâche et dosette de vinaigrette ou Riz BIO Pilaf</p> <p>Saint Nectaire (AOP) ou Fromage frais Cantafrais</p> <p>Tartelette au citron ou Compote et biscuit</p>	<p>Potage velouté Dubarry (chou-fleur)</p> <p>Concombre à l'estragon et dosette de vinaigrette ou Mousse de canard* et cornichon</p> <p>Steak haché de bœuf (vbf) sauce Milanaise (tomate, jambon blanc) ou Cuisse de poulet cocotte</p> <p>Frites au four* ou Purée de courgettes maison</p> <p>Gouda ou Yaourt nature et dosette de sucre</p> <p>Pot de crème au chocolat maison ou Fruit</p>	<p>Potage fermier (Pdt, poireaux, carottes, chou vert)</p> <p>Carottes râpées à la vinaigrette ou Quiche Lorraine*</p> <p>Filet de saumon sauce à l'aneth (Sous réserve de disponibilité) ou Rosbif froid (vbf) sauce béarnaise</p> <p>Pâtes Macaronis BIO et emmental râpé ou Poêlée bouquet de légumes (Carottes, haricots mange tout, chou-fleur, tomates, oignon, poivron)</p> <p>Carré de l'Est ou Fromage Cantadou ail et fines herbes</p> <p>Pomme au four et dosette de confiture ou Crème dessert au café</p>	<p>Potage velouté de butternut</p> <p>Saucisson à l'ail* et cornichon ou Asperges à la vinaigrette</p> <p>Sauté de porc sauce moutarde ou Langue de veau sauce piquante</p> <p>Chou vert braisé ou Purée de pommes de terre maison</p> <p>Brie ou Yaourt velouté nature et sucre</p> <p>Charlotte aux poires ou Fruit</p>	<p>Potage poireaux / pommes de terre</p> <p>Segments de pomelos* et dosette de sucre ou Pasta à la grecque BIO (Pâtes BIO, concombre, tomate, jambon blanc, feta, origan, huile d'olive)</p> <p>Bœuf (vbf) à la niçoise et riz BIO Pilaf ou PLAT 2 EN 1 – Œufs à la Florentine sauce Mornay (épinards)</p> <p>Cantal (AOP) ou Fromage blanc et dosette de sucre</p> <p>Crème renversée ou Compote de pomme maison et biscuit</p>
Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30	Samedi 31	
<p>Potage cresson</p> <p>Chou rouge au lard ou Pizza au fromage*</p> <p>Rognons de porc sauce madère ou Filet de poulet sauce estragon</p> <p>Polenta crémeuse ou Carottes Vichy</p> <p>Camembert ou Yaourt nature et dosette de sucre</p> <p>Liégeois au chocolat ou Cocktail de fruits au sirop léger et biscuit</p>	<p>Soupe du chalet (Pdt, carottes, navets, épinards)</p> <p>Salade Paimpol (Haricots blancs, échalotes, lardons, vinaigrette, persil) ou Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise</p> <p>Dos de colin-lieu sauce armoricaine au cognac ou Daube de bœuf (vbf)</p> <p>Haricots verts persillés ou Pâtes coquillettes BIO et emmental râpé</p> <p>Bûche des Dômes ou Fromage fondu Samos</p> <p>Fruit ou Fromage blanc fruité</p>	<p>Potage velouté Dubarry (chou-fleur)</p> <p>Andouille* et beurre ou Radis et beurre</p> <p>Cuisse de pintade sauce chasseur ou Rôti de veau sauce crème d'ail</p> <p>Purée de potimarron ou Pommes de terre vapeur persillées</p> <p>Mimolette ou Faisselle et dosette de sucre</p> <p>Compote pomme/coing maison et son biscuit ou Fruit</p>	<p>Potage fermier (Pdt, poireaux, carottes, chou vert)</p> <p>Salade Camarguaise (riz thaï, haricots rouges, petits pois, vinaigrette) ou Macédoine au thon</p> <p>Omelette aux herbes* ou Saucisse fumée supérieure* et dosette de moutarde</p> <p>Courgettes à la provençale ou Lentilles BIO à la paysanne</p> <p>Edam ou Fromage Tartare ail et fines herbes</p> <p>Gourmandise chocolat ou Liégeois à la vanille</p>	<p>Potage poireaux / pommes de terre</p> <p>Salade aux deux racines (Betteraves et carottes cuites) ou Pâté de lapin* et cornichon</p> <p>Filet de limande meunière* et son citron et brocolis ou PLAT 2 EN 1 – Hachis Parmentier (vbf)</p> <p>Pont l'Evêque (AOP) ou Yaourt nature et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Mousse aux marrons</p>	<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Céleri rémoulade ou Salade de Bresse (Pdt, haricots verts, émincé de poulet, maïs, vinaigrette, olive noire, échalote fraîche, sel, poivre)</p> <p>Boulettes d'agneau à l'orientale ou Quiche océane maison</p> <p>Semoule BIO ou Salade verte et dosette de vinaigrette</p> <p>Fromage brique croûte noire ou Petits suisses et dosette de sucre</p> <p>Crème dessert au praliné ou Fruit</p>	