



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



Toutes nos viandes, y compris volaille et lapin, sont d'**origine française** et de **race à viande** à l'exception de l'agneau qui peut, selon la saison, provenir d'Irlande.



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

Les allergènes sont indiqués en gras sur les étiquettes de nos 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 espèces de poissons indiquées sur les menus peuvent 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, salami, 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

MAI 2021

NOM : _____

PRÉNOM : _____

VILLE : _____

DATE RETOUR DU MENU : _____

RAPPEL : En raison des jours fériés, les livraisons des repas seront modifiées :

Jour de livraison :	Repas livrés :
Jeudi 20/05	Jeudi 20/05 Vendredi 21/05
Vendredi 21/05	Samedi 22/05 Dimanche 23/05 Lundi 24/05

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



			Samedi 1er	Dimanche 2
			Potage crème de céleri Salade frisée aux lardons et aux croûtons - Dosette de vinaigrette Rôti de bœuf sauce Cognac Tagliatelles au beurre Coulommiers Framboisier	Potage velouté de courgettes Salade Coleslaw (carottes et chou blanc râpés à la mayonnaise) ou Salade Vosgienne (PdT, cervelas, oignons, assaisonnement) Fricassée de poulet mariné ou Omelette* Riz BIO Pilaf ou Mousseline d'épinards maison Saint Nectaire AOP ou Fromage blanc et dosette de sucre Mousse au chocolat ou Fruit
Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7
Potage cresson Salade Vendéenne (Haricots blancs, vinaigrette, poitrine de porc, emmental, oignons frais, persil plat frais, ail, sel) ou Tresse au fromage* Filet de limande meunière* et citron ou Colombo de dinde Haricots beurre persillés ou Pâtes Macaronis BIO et emmental râpé Fromage laits mélangés (vache et chèvre) ou Fromage frais Chanteneige Pruneaux d'Agen au sirop et biscuit ou Crème dessert au chocolat	Potage crème de brocolis Carottes râpées aux câpres ou Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise Boudin noir* et sa compote de pommes ou Tarte méditerranéenne maison Purée de pommes de terre maison ou Salade verte et dosette de vinaigrette Mimolette ou Faisselle et dosette de sucre Baba au rhum ou Fruit	Potage cultivateur (PdT, carottes, poireaux, céleri, navet) Chou blanc râpé aux raisins secs ou Salade piémontaise Escalope de dindonneau à la viennoise* et citron et Courgettes sautées à l'ail ou <u>PLAT 2 EN 1</u> - Axoa d'agneau et son riz (Haché d'agneau, tomates, poivrons) Fromage brique croûte noire ou Yaourt velouté nature et dosette de sucre Mousse au café ou Compote et son biscuit	Potage persil Cervelas* à la vinaigrette ou Tomate persillée et dosette de vinaigrette Steak haché (vbf) sauce échalotes ou Omelette* aux lardons et oignons Petits pois à la Française ou Pâtes Coquillettes BIO et emmental râpé Pont l'Evêque AOP ou Fromage fondu Kiri Salade de fruits frais et biscuit ou Riz au lait	Potage crème de céleri Avocat et dosette de vinaigrette ou Salade Sicilienne BIO (Pâtes BIO, poivrons verts et rouges, vinaigrette, crevettes, oignons frais, basilic, sel) Sauté de veau à la Catalane ou Cœur de merlu sauce ciboulette Semoule BIO ou Purée du soleil (Carottes, poivrons, pommes de terre) Edam ou Fromage Tartare ail et fines herbes Fruit ou Petits suisses fruités
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14
Potage velouté de courgettes Asperges à la vinaigrette ou Saucisson à l'ail* et cornichon Cuisse de poulet sauce basquaise ou Dos de colin-lieu sauce beurre blanc Riz BIO Pilaf ou Poêlée de légumes (Brocolis, haricots verts, champignons, poivrons) Saint Paulin ou Petits suisses et dosette de sucre Fruit de saison ou Compote et son biscuit	Potage velouté de tomates au gingembre Salade de Bresse (PdT locales fraîches, haricots verts, émincé de poulet, maïs, vinaigrette, olive noire, échalote fraîche, sel, poivre) ou Chou rouge à la vinaigrette Quiche océane maison ou Boulettes d'agneau à l'orientale Salade verte et dosette de vinaigrette ou Semoule BIO Emmental ou Faisselle et dosette de sucre Crème dessert au chocolat ou Ananas au sirop léger et biscuit	Potage cresson Courgettes râpées au basilic ou Salade Mexicaine (maïs, poivrons, haricots rouges, olives noires, vinaigrette) Rosbif froid sauce béarnaise ou Chipolatas et confits d'oignons Frites au four* ou Poêlée de légumes (brocolis, haricots verts, champignons, poivrons) Fromage de chèvre ou Fromage frais St Bricet Fruit ou Liégeois à la vanille	Potage crème de carottes à la coriandre Confit de poivrons hongrois Ballotin de veau forestier* Riz basmati Saint Nectaire AOP Bavarois aux fruits rouges	Potage cultivateur Salade de riz à l'indienne (riz thaï, thon, œuf dur, olives, noires, câpres, assaisonnement) ou Salade du Chef (concombre, tomates, maïs, vinaigrette) Dos de cabillaud sauce crème de basilic ou Jambon blanc Label Rouge Epinards au beurre ou Purée de pommes de terre maison Gouda ou Fromage Cantadou ail et fines herbes Compote et son biscuit ou Crème dessert au caramel
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21
Potage persil Andouille* et beurre ou Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette Filet de poulet sauce estragon et Riz BIO Pilaf ou <u>PLAT 2 EN 1</u> - Œufs à la Dubarry (Chou-fleur) Camembert ou Fromage frais Cantadou Fruit ou Crème dessert chocolat	Potage mouliné de légumes Céleri rémoulade ou Salade du soleil BIO (Pâte 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) Saucisse de Toulouse* et son confit d'oignons ou Rôti de veau sauce crème Subric de pommes de terre ou Purée crécy maison (carottes) Fromage brique croûte noire ou Yaourt velouté nature et sucre Tarte aux pommes grand-mère ou Compote et son biscuit	Potage crème de carottes à la coriandre Crêpe aux champignons* ou Tomate persillée et dosette de vinaigrette Dos de colin-lieu sauce armoricaine au Cognac ou Carbonade Flamande Poêlée méridionale (Haricots verts, courgettes, poivrons, ail, tomate) ou Pâtes Coquillettes BIO et emmental râpé Montboissier ou Faisselle et dosette de sucre Fruit ou Poire cuite sauce chocolat	Potage cresson Concombre et dosette de vinaigrette ou Salade Fermière (PdT, petits pois, émincé de poulet, pomme, olives noires, ...) Navarin d'agneau ou Galette paysanne maison (Galette de sarrasin, jambon blanc Label Rouge, tomate, oignons, emmental) Haricots blancs à la bretonne ou Salade verte et dosette de vinaigrette Edam ou Yaourt nature et dosette de sucre Fromage blanc fruité ou Fruit	Potage crème de haricots à la Russe (PdT, poireaux, crème, oignons) Carottes râpées aux raisins secs ou Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise Filet de limande meunière* et citron et Purée de courgettes maison ou <u>PLAT 2 EN 1</u> – Spaghettis BIO à la bolognaise et emmental râpé Mimolette ou Fromage Tartare ail et fines herbes Pruneaux d'Agen au thé et biscuit ou Flan gélifié nappé caramel
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28
Potage velouté de courgettes Asperges sauce mousseline citron Cuisse de lapin à la Belge Pommes boulangères Cantal AOP Tartelette aux myrtilles	Potage crème de brocolis Crevettes* et beurre ou Chou blanc râpé à l'ananas Quiche oignons et lardons maison ou Dos de cabillaud sauce Normande Salade verte et dosette de vinaigrette ou Pâtes Macaronis BIO emmental râpé Saint Nectaire AOP ou Fromage frais Cantafrais Fruit ou Liégeois au chocolat	Potage crème de céleri Salade dauphinoise (PdT, saucisse de Francfort, vinaigrette, oignons, cornichons) ou Courgettes râpées au basilic Fondant de porc à la crème d'ail ou Steak haché de bœuf sauce poivre Haricots verts persillés ou Polenta crémeuse Fromage laits mélangés (vache et chèvre) ou Fromage blanc et dosette de sucre Semoule au lait ou Compote et biscuit	Potage mouliné de légumes Salade du Pirée (Tomates, concombre, poivron, olives noires, oignons, feta, vinaigrette, origan) ou Pâté de lapin* et cornichon Boudin blanc sauce Porto et Gratin de brocolis maison ou <u>PLAT 2 EN 1</u> - Risotto au poulet Brie ou Fromage Boursin ail et fines herbes Fruit ou Cocktail de fruits au sirop léger et biscuit	Potage velouté de tomates au gingembre Radis* et beurre ou Salade Flamande (chou blanc, PdT, filet de hareng, cornichons, mayonnaise, vinaigrette) Filet de saumon sauce à l'aneth ou Jambon blanc Label Rouge Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé ou Purée de céleri maison Saint Paulin ou Petits suisses et dosette de sucre Compote et son biscuit ou Fruit
Lundi 31				
Potage cultivateur Salade Coleslaw (carottes et chou blanc râpés à la mayonnaise) ou Salade des îles (riz, tomates, soja, maïs, ananas, oignons, vinaigrette) Langue de veau sauce piquante ou Omelette* aux oignons et à la tomate Purée de pommes de terre maison ou Epinards à la béchamel Coulommiers ou Fromage frais Chanteneige Compote de pommes maison et biscuit ou Fromage blanc fruité				
Samedi 8	Dimanche 9	Samedi 15	Dimanche 16	Samedi 22
Potage mouliné de légumes Terrine de lotte à la provençale Dosette de mayonnaise Cuisse de canette confite au jus Gratin Dauphinois Montboissier Paris Brest	Potage crème de haricots à la Russe Salade Niçoise (PdT, haricots verts, tomates fraîches, thon, œuf, vinaigrette, basilic, olives noires, sel, poivre) ou Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette Saucisse fumée supérieure -Dosette de moutarde ou Rôti de bœuf (vbf) sauce chasseur Gratin de brocolis maison ou Polenta crémeuse Coulommiers ou Fromage blanc et dosette de sucre Compote pommes/rhubarbe maison et biscuit ou Fruit	Potage crème de brocolis Taboulé BIO ou Carottes à la marocaine Blanquette de fondant de porc à la moutarde ou Cuisse de canette sauce cassis Endives braisées ou Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé Brie ou Yaourt nature et dosette de sucre Pot de crème à la vanille maison ou Fruit	Potage crème de céleri Segments de pomelos* ou Salade exotique (Riz thai parfumé, ananas, maïs, olives noires, surimi, vinaigrette, persil plat frais, sel) Goulash hongrois (vbf) ou Omelette au fromage* Pommes de terre vapeur persillées ou Purée de haricots verts maison Cantal AOP ou Fromage fondu Kiri Tartelette au citron ou Crème dessert praliné	Potage cultivateur Avocat* et dosette de mayonnaise ou Salade de haricots verts en vinaigrette Paupiette de veau* sauce poivre vert et Polenta crémeuse ou <u>PLAT 2 EN 1</u> - Choucroute au Riesling (chou, saucisse fumée, lard) Munster AOP ou Fromage fondu Six de Savoie Crème dessert au café ou Compote et biscuit
Samedi 29	Dimanche 30			
Potage cresson Salade Mexicaine (haricots rouges, maïs, poivrons, olives noires, oignons, vinaigrette) ou Salade de betteraves à la crème Blanquette de veau à l'ancienne ou Sauté d'agneau au curry Carottes Vichy ou Riz BIO pilaf Camembert ou Faisselle et dosette de sucre Mille Feuilles ou Fruit	Potage persil Terrine aux trois légumes* dosette mayo ou Salade de pâtes à l'Indienne BIO (pâtes BIO, filet de poulet, carottes, tomates, oignons rouges, olives noires, assaisonnement) Rôti de dinde sauce madère ou Crêpinette de porc sauce tomate Purée de pommes de terre maison ou Petits pois à la Française Emmental ou Fromage fondu Six de Savoie Compote et biscuit ou Crème dessert praliné			