

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

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

JUILLET 2021

NOM : _____

PRÉNOM : _____

VILLE : _____

DATE RETOUR DU MENU : _____

RAPPEL : En raison du jour férié, les livraisons des repas seront modifiées :	
Jour de livraison :	Repas livrés :
Mardi 13/07	Mardi 13/07 Mercredi 14/07

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



			Jeudi 1er	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4
			Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Taboulé BIO à l'orientale (semoule BIO, tomates, concombre, filet de poulet, raisins secs, poivrons, assaisonnement) ou Melon Omelette* aux oignons et à la tomate ou Tomates farcies Petits pois à la Française ou Riz BIO Pilaf Gouda ou Fromage fondu Vache qui rit Tartelette fruits rouges crumble ou Crème renversée	Potage persil Carottes râpées à l'orange ou Salade Paimpol (haricots blancs, lardons, vinaigrette) Rôti de bœuf (vbf) sauce chasseur ou Dos de cabillaud sauce Noilly Pommes boulangères ou Mousseline d'épinards maison Bûche des Dômes ou Fromage Tartare ail et fines herbes Poire cuite sauce chocolat ou Crème dessert praliné	Potage Provençal Segments de pomelos* ou Salade Vosgienne (PdT, cervelas, oignons, assaisonnement) Sauté d'agneau à la menthe et Riz BIO Pilaf ou PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) Jambon blanc Label Rouge et Macédoine de légumes mayo Edam ou Fromage blanc et dosette de sucre Mousse au café ou Compote et biscuit	Potage Crécy (carottes) Pasta BIO à la grecque (pâtes BIO, concombre, tomate, jambon blanc, feta) ou Asperges à la vinaigrette Cuisse de poulet sauce poulette ou Sauté de veau à la catalane Poêlée bouquet légumes (carottes, chou-fleur, haricot mange-tout, tomate, oignon) ou Polenta crémeuse Cantal (AOP) ou Yaourt nature et dosette de sucre Gland au Kirsch ou Fruit
Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Samedi 10	Dimanche 11
Potage velouté de courgettes au curry Pastèque ou Saucisson à l'ail* et cornichon Normandin de veau sauce forestière et Pâtes Coquillettes BIO et emmental râpé ou PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) Filet de saumon froid sauce béarnaise et Salade des Caraïbes (Haricots verts, emincé de poulet, ananas, maïs, vinaigrette, poivron rouge, céleri, sel, poivre) Mimolette ou Fromage frais Cantadou Douceur au chocolat ou Liégeois au chocolat	Potage velouté de tomates / basilic Crevettes* et beurre ou Macédoine à la mayonnaise Quiche Lorraine maison ou Rôti de dinde sauce pruneaux Salade verte ou Semoule BIO Fromage laits mélangés (vache et chèvre) ou Fromage Boursin ail et fines herbes Fruit ou Mousse au café	Soupe froide Gaspacho Cervelas à la vinaigrette ou Salade de riz à l'indienne (Riz thaï parfumé, thon, œuf dur, olives noires, câpres, échalotes fraîches, curry, curcuma, vinaigrette, sel, poivre) Saucisse de Toulouse* et confit d'oignons ou Fondant de bœuf à la Niçoise Purée du soleil (carottes et poivrons) ou Polenta crémeuse Edam ou Fromage blanc et dosette de sucre Pruneaux d'Agen cannelle et biscuit ou Fruit	Potage persil Concombre à l'estragon et dosette de vinaigrette ou Salade italienne BIO (Pâtes BIO, carottes fraîches, courgettes fraîches, tomates fraîches, olives noires, crème, basilic, emmental, mayonnaise) Gigot d'agneau rôti froid et dosette de moutarde ou Travers de porc sauce miel Subric de pommes de terre ou Haricots verts persillés Coulommiers ou Yaourt nature et dosette de sucre Fruit ou Ananas au sirop léger et biscuit	Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Carottes râpées à la vinaigrette ou Salade océane (PdT, moules, oignons, mayonnaise, assaisonnement) Thon basquaise <i>sous réserve</i> ou Steak haché de bœuf sauce poivre Riz BIO Pilaf ou Gratin de courgettes maison Camembert ou Fromage fondu Vache qui rit Ile flottante et sa crème anglaise ou Compote et son biscuit	Potage mouliné de légumes Taboulé Libanais (boulghour, tomate, concombre, poivrons, assaisonnement) ou Terrine aux 3 légumes* et dosette de mayonnaise Cuisse de canette sauce cassis ou Cœufs à la berrichonne (vin rouge, tomates, lardons) Poêlée de légumes (brocolis, haricots verts, champignons, poivrons) ou Purée de pomme de terre Emmental ou Faisselle et dosette de sucre Baba au rhum ou Fruit	Potage crème de haricots à la Russe Asperges à la vinaigrette ou Feuilleté poulet / poireaux* Rôti de veau sauce normande ou Crépinette de porc sauce tomate Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé ou Brocolis Munster (AOP) ou Fromage fondu Kiri Fruit ou Crème dessert caramel
Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
Potage persil Salade de hareng (PdT, hareng fumé) ou Champignons à la grecque Jambon blanc Label Rouge* ou Bœuf (vbf) au paprika Purée Crécy maison (carottes) ou Polenta crémeuse Carré de l'Est ou Fromage Cantadou ail et fines herbes Fruit ou Pot de crème maison au chocolat	Potage Provençal Chou rouge à la vinaigrette ou Salade Vendéenne (haricots blancs, poitrine porc, emmental, vinaigrette) Filet de limande meunière* et citron ou Quiche chèvre/épinards maison Frites au four* ou Salade verte et dosette vinaigrette Gouda ou Yaourt velouté nature et dosette sucre Poire au sirop léger et biscuit ou Compote pomme rhubarbe maison et biscuit	Potage Crécy (carottes) Pâté de canard à l'orange* et cornichon Mijoté de pintade aux mirabelles Riz basmati Comté (AOP) Clafoutis aux cerises	Potage mouliné de légumes Melon ou Œuf en gelée (Œuf, gelée, carottes fraîches, céleri, courgettes, tomate fraîche, Jambon Label rouge, persil plat frais, estragon) Sauté d'agneau estival et Purée de chou-fleur maison ou PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) Rosbif froid (vbf) sauce béarnaise et Salade Sicilienne BIO (pâtes BIO, poulet, oignons, poivrons verts et rouge) Brie ou Fromage fondu Samos Yaourt aux fruits ou Compote et son biscuit	Potage crème de haricots à la Russe Lentilles BIO à la vinaigrette ou Radis* et beurre Filet de poulet sauce suprême et Blettes persillées ou PLAT 2 EN 1 – Dos de colin-lieu sauce à l'anis sur son fenouil braisé et ses pommes de terre Saint Paulin ou Fromage frais Carré frais Fruit ou Semoule au lait maison	Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Tresse au fromage* ou Marinade du soleil Sauté de porc Guardian et Ratatouille ou PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone* sauce tomate et emmental râpé Fromage de chèvre ou Petits suisses et dosette de sucre Crème dessert chocolat ou Cocktail de fruits au sirop léger et biscuit	Potage velouté de courgettes au curry Avocat et dosette de mayonnaise ou Salade de riz niçoise (riz thaï, thon, tomate, maïs, olives noires, vinaigrette) Merguez et dosette de ketchup ou Paupiette de veau* sauce poivre vert Pommes boulangères ou Jardinière de légumes Montboissier ou Fromage frais Chanteneige Flan pâtissier ou Fruit
Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
Potage velouté de tomates / basilic Salade de betteraves à la vinaigrette ou Salade de Naples BIO (Pâtes BIO, tomates, courgette, thon, cerfeuil, oignons, olive noire, vinaigrette, curcuma, sel, poivre) Omelette au fromage et Aubergines à la provençale ou PLAT 2 EN 1 – Paëlla au poulet Camembert ou Fromage frais Saint Môret Fruit ou Crème dessert vanille	Soupe froide de carottes à l'orange Salade vietnamienne (Poivron, riz thaï parfumé, carottes fraîches, vinaigrette, dos de colin, sauce soja, coriandre, sel, ail, poivre) ou Mousse de canard* et cornichon Sauté de veau sauce citron / olives ou Cœur de merlu sauce ensoleillée Semoule BIO ou Brocolis Emmental ou Fromage fondu Vache qui rit Tartelette aux framboises ou Pêche au sirop léger et biscuit	Potage Provençal Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise ou Melon Cuisse de lapin sauce moutarde et Petits pois à la française ou PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Rôti de porc ½ sel froid-Dosette de moutarde et lentilles BIO à la vinaigrette Edam ou Fromage blanc et dosette de sucre Mousse aux marrons ou Fruit	Potage velouté de courgettes au curry Taboulé BIO ou Salade de tomate et thon à la vinaigrette Quiche aux oignons maison ou Boudin noir* et sa compote de pommes Salade verte et dosette vinaigrette ou Purée de pommes de terre maison Bûche des Dômes ou Fromage fondu Six de Savoie Salade de fruits frais maison et biscuit ou Compote et biscuit	Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Courgettes râpées au basilic ou Salade Antillaise (riz thaï, carottes, maïs, ananas, rôti de dinde, vinaigrette) Dos de cabillaud sauce à l'aneth ou Rosbif froid (vbf) sauce béarnaise Pâtes Pennes BIO et emmental râpé ou Cordial de légumes (salsifis, navets, petits pois, carottes, oignons) Cantal (AOP) ou Fromage Boursin ail et fines herbes Compote et biscuit ou Flan gélatifié nappé caramel	Potage persil Pastèque ou Salade Mexicaine (Maïs, poivrons, haricots rouges, vinaigrette, oignons frais, olives noires, sel, poivre) Blanquette de dinde et Riz BIO Pilaf ou PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Jambon persillé de Bourgogne et sa macédoine de légumes mayo. Carré de l'Est ou Yaourt velouté nature dosette sucre Eclair au chocolat ou Fruit	Potage mouliné de légumes Salade brestoise (PdT, maquereau, moutarde, tomates fraîches, oignons frais, ciboulette, sel, poivre) ou Salade des Flandres (Salsifis, tomates fraîches, maïs, céleri branche, olives noires, vinaigrette, sel, poivre) Rôti de bœuf (vbf) sauce échalote ou Boulettes d'agneau sauce provençale Purée de haricots verts ou Pâtes fusillis BIO et emmental râpé Saint Nectaire (AOP) ou Fromage blanc et dosette de sucre Liégeois au café ou Fruit
Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30	Samedi 31	
Potage crème de haricots à la Russe Salade de riz rose (riz, betterave, thon, mayonnaise, persil) ou Carottes à la marocaine Rôti de veau sauce chasseur ou Cuisse de canette confite Courgettes sautées à l'ail ou Pommes dauphines* Fromage laits mélangés ou Fromage frais Chanteneige Fruit ou Fromage blanc fruité	Potage velouté de courgettes au curry Radis* et beurre ou Salade Fermière (PdT, petits pois, émincé de poulet, pomme, olives noires, vinaigrette) Tarte méditerranéenne maison (ratatouille) et Salade verte dosette vinaigrette ou PLAT 2 EN 1 – Spaghettis BIO à la carbonara et emmental râpé Mimolette ou Faisselle et dosette de sucre Mirabelles au sirop léger et biscuit ou Fruit	Potage Crécy (carottes) Crêpe aux champignons* ou Pastèque Dos de colin-lieu sauce hollandaise ou Filet de poulet au jus d'herbes Mousseline d'épinards maison ou Riz BIO Pilaf Montboissier ou Fromage frais Cantafrais Fruit ou Pruneaux d'Agen au thé et biscuit	Potage Provençal Pâté de lapin* et cornichon ou Concombre et dosette de vinaigrette Steak haché (vbf) sauce milanaise (jambon, tomate) ou Gigot d'agneau rôti froid moutarde Légumes ensoleillés (haricots verts, courgettes, aubergines, poivrons, oignons) ou Pâtes Coquillettes BIO emmental râpé Pont l'Evêque (AOP) ou Petits suisses et dosette de sucre Exquis exotique ou Fruit	Potage mouliné de légumes Melon ou Taboulé BIO à l'orientale (semoule BIO, tomates, concombre, filet de poulet, raisins...) Dos de cabillaud sauce oseille et Purée du soleil (Carotte et poivron) ou PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Jambon blanc Label Rouge et Salade Paimpol (Haricots blancs, lardons...) Brie ou Yaourt velouté nature et dosette de sucre Riz au lait ou Compote et son biscuit	Potage Dubarry Céleri vinaigrette ou Terrine aux 3 poissons* et dosette mayonnaise Cuisse de pintade cocotte ou Omelette* aux herbes Riz BIO Pilaf ou Ratatouille Edam ou Fromage fondu Vache qui rit Compote pomme pruneaux maison et biscuit ou Crème dessert café	