



## 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

## JUIN 2021

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

PRÉNOM : \_\_\_\_\_

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

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

**MERCI DE RETOURNER VOS CHOIX  
AVANT LE 1<sup>er</sup> 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**



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