

## 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

*Toutes nos préparations sont sans sel ajouté*

#### ENTRÉE :

- 1- Salade de tomates fraîches « maison » persillées, (dosette vinaigrette)
- 2- Salade de betteraves fraîches « maison » persillées, (dosette vinaigrette)
- 3- Pomelos frais nature (dosette de sucre)
- 4- Potage « Maison » aux légumes frais
- 5- Charcuterie du jour (saucisson à l'ail, salami, terrine de campagne, etc...selon disponibilité)
- 6- Œuf dur et dosette de mayonnaise

#### PLAT :

- 7- Beau-filet de colin-lieu MSC pané
- 8- Filet de poisson MSC cuit à la vapeur douce « Maison » (lieu noir, cabillaud ou merlu selon arrivages)
- 9- Omelette nature
- 10- Jambon blanc Label Rouge (Origine France)
- 11- Steak haché nature (Origine France)
- 12- Filet de poulet cuit à la vapeur douce « Maison » (Origine France)
- 13- Escalope de dindonneau à la viennoise\* (Origine UE)

#### GARNITURE :

- 14- Haricots verts persillés « Maison »
- 15- Pâtes BIO nature « Maison »
- 16- Riz BIO Pilaf aux oignons et thym « Maison »
- 17- Pommes de terre rissolées aux herbes de Provence
- 18- Purée de pommes de terre fraîches « Maison »
- 19- Purée de carottes fraîches « Maison » à l'huile d'olive

#### FROMAGE OU DESSERT :

- 20- Crème dessert (chocolat, vanille ou praliné selon disponibilité)
- 21- Compote de fruits BIO sans sucre ajouté
- 22- Fruit de saison (Eté : pêche, abricot, prune, raisin...et Hiver : pomme HVE, poire HVE, banane RUP, kiwi, etc... selon disponibilité)
- 23- Fromage blanc
- 24- Yaourt nature 0% de mg
- 25- Yaourt aux fruits



## Vos choix de menus

### AOÛT 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**

					Dimanche 1	
					<b>Potage velouté de tomates / basilic</b> <b>Salade Di Palermo BIO</b> (pâtes BIO, tomates, surimi, ketchup, mayonnaise) ou <b>Asperges à la vinaigrette</b> <b>Sauté de porc au thym et Salsifis</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 Carbonade (vbf) Flamande</b> et Pommes de terre vapeur persillées <b>Coulommiers</b> ou <b>Fromage Tartare ail et fines herbes</b> <b>Mille-feuilles</b> ou <b>Mousse au chocolat</b>	
Lundi 2	Mardi 3	Mercredi 4	Jeudi 5	Vendredi 6	Samedi 7	Dimanche 8
<b>Potage persil</b> <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise ou <b>Chou rouge à la vinaigrette</b> <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>Fromage frais Pavé ½ sel</b> <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>Travers de porc sauce miel et Semoule BIO</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) Cœur de merlu froid à la vinaigrette à l'aneth et 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>Salade mexicaine</b> (maïs, poivrons, haricots rouges, oignons, olives, vinaigrette) 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>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> ou <b>Abricots au sirop léger et biscuit</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>Fromage fondu Samos</b> <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>Coulommiers</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>Terrine aux 3 légumes*</b> et dosette de mayonnaise <b>Colombo de porc</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 röstis*</b> ou <b>Purée Crécy maison</b> (carottes) <b>Cantal (AOP)</b> ou <b>Fromage fondu Kiri</b> Crème renversée ou <b>Compote et biscuit</b>
Lundi 9	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12	Vendredi 13	Samedi 14	Dimanche 15
<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 (REPAS FROID) -Rôti de porc froid ½ sel</b> et dosette de moutarde et lentilles BIO à la vinaigrette <b>Camembert</b> ou <b>Fromage frais Cantadou</b> <b>Fruit</b> ou <b>Riz au lait maison</b>	<b>Potage persil</b> <b>Salade des îles</b> (riz, tomates, soja, maïs, ananas, oignons, vinaigrette) 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 Macaronis BIO et emmental râpé</b> <b>Carré de l'Est</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</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 blanc</b> et dosette de sucre <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>Quiche au thon maison</b> <b>Polenta crémeuse</b> ou <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette <b>Mimolette</b> ou <b>Fromage fondu Six de Savoie</b> <b>Compote pomme abricot maison et biscuit</b> ou <b>Mousse de marrons</b>	<b>Potage velouté de courgettes au curry</b> <b>Salade charcutière</b> (PdT, jambon blanc, huile de colza, oignons frais, cornichons, ...) 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 fondu Kiri</b> <b>Crème dessert au caramel</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur) <b>Tartare de légumes au basilic</b> <b>PLAT 2 EN 1</b> <b>Choucroute de la mer</b> <b>Comté</b> <b>Paris Brest</b>
Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20	Samedi 21	Dimanche 22
<b>Potage crème de haricots à la Russe</b> <b>Radis et beurre</b> 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> - dosette vinaigrette ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Rôti de dinde froid</b> et dosette de moutarde et <b>Taboulé BIO</b> <b>Fromage laits mélangés</b> (vache et chèvre) ou <b>Fromage Boursin</b> ail et fines herbes <b>Compote et biscuit</b> ou <b>Pot de crème maison à la vanille</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>Coulommiers</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Tartelette fruits rouges crumble</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage Provençal</b> <b>Avocat*</b> et dosette de mayonnaise 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>Blettes persillées</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>Estouffade de bœuf délicieuse</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>Fromage fondu Six de Savoie</b> <b>Flan gélifié nappé caramel</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage persil</b> <b>Salade exotique</b> (riz thaï, ananas, maïs, surimi, olives noires, vinaigrette) ou <b>Asperges à la vinaigrette</b> <b>Cuisse de lapin en blanquette et Carottes Vichy</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Jambon persillé de Bourgogne et Salade piémontaise</b> <b>Munster (AOP)</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Moelleux au chocolat</b> ou <b>Compote et biscuit</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>Bûche des Dômes</b> ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b> <b>Fruit</b> ou <b>Crème dessert au café</b>
Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27	Samedi 28	Dimanche 29
<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>Pruneaux d'Agen au thé</b> ou <b>Crème dessert au chocolat</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>Carré de l'Est</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Douceur tiramisù</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, ...) ou <b>Quiche chèvre / tomates maison</b> et <b>Salade verte</b> et dosette vinaigrette ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Filet de saumon froid sauce béarnaise</b> (sous réserve) et <b>Salade Bien-Etre BIO</b> (pâtes BIO, maïs, courgettes, emmental, vinaigrette) <b>Gouda</b> ou <b>Fromage Cantadou</b> ail et f.herbes <b>Poire cuite sauce chocolat</b> ou <b>Petits suisses fruités</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*</b> et son confit d'oignons 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>Fruit</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>Dos de cabillaud sauce estragon</b> <b>Gratin de chou-fleur maison</b> ou <b>Riz BIO Pilaf</b> <b>Coulommiers</b> ou <b>Fromage fondu Kiri</b> <b>Salade de fruits frais 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*</b> sauce forestière et emmental râpé <b>Mimolette</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre <b>Mousse au chocolat</b> ou <b>Compote pomme banane maison et biscuit</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Melon</b> ou <b>Salade Di Palermo BIO</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>Fromage fondu Six de Savoie</b> <b>Gland au Kirsch</b> ou <b>Fruit</b>
Lundi 30	Mardi 31					
<b>Potage velouté de tomates / basilic</b> <b>Macédoine de légumes au thon</b> ou <b>Taboulé BIO à l'orientale</b> <b>Boudin noir et sa compote de pommes maison et Purée de pomme de terre maison</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 (FROID) – Œufs durs*</b> et dosette mayo et <b>Salade des Caraïbes</b> <b>Edam</b> ou <b>Fromage frais Cantafrais</b> <b>Salade de fruits frais et biscuit</b> ou <b>Crème dessert au caramel</b>	<b>Potage velouté Dubarry</b> <b>Melon</b> ou <b>Andouille* et beurre</b> <b>Cœur de merlu sauce ciboulette et Epinards au beurre</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Spaghettis BIO à la bolognaise et emmental râpé</b> <b>Pont l'Evêque</b> ou <b>Fromage fondu Kiri</b> <b>Fromage blanc fruité</b> ou <b>Ananas au sirop léger et biscuit</b>					