

## 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

### 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 dinde 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 (Été : 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

### JANVIER 2022

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

PRÉNOM : \_\_\_\_\_

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

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

### 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.

**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



|   |   | Samedi 01   |   | Dimanche 02  |   |  |
|---|---|---|---|--|---|--|
|   |   |   | Potage cultivateur<br><b>Terrine de canard royale à la figue</b><br><b>Rôti de chapon farci aux cèpes sauce forestière</b><br><b>Gratin Dauphinois</b><br><b>Fromage</b><br><b>Pâtisserie du Jour de l'An</b>   | Potage velouté de potimarron<br>Céleri rémoulade<br>Ou <b>Mortadelle et cornichon</b><br>Fricassée de poulet aux deux poivres<br>Ou <b>Blanquette de fondant de porc à la moutarde</b><br>Purée de pommes de terre maison<br>Ou <b>Salsifis persillés</b><br>St Nectaire Ou <b>Fromage frais pavé ½ sel</b><br>Compote et biscuit Ou <b>Fruit</b>  |   |  |
| Lundi 03  | Mardi 04  | Mercredi 05   | Jeudi 06  | Vendredi 07  | Samedi 08   | Dimanche 09  |
| Soupe du chalet (PdT, carottes, navets, épinards)<br><b>Chou rouge râpé à la vinaigrette</b><br>Ou <b>Salade de lentilles BIO aux lardons</b><br><b>Sauté d'agneau à l'Indienne</b><br>Ou <b>Cuisse de canette sauce cassis</b><br><b>Riz BIO Pilaf</b><br>Ou <b>Purée de brocolis</b><br>Fromage laits mélangés<br>Ou <b>Fromage frais Chanteneige</b><br><b>Ananas au sirop léger et biscuit</b><br>Ou <b>Crème dessert à la vanille</b>  | <b>Potage velouté de butternut</b><br><b>Cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette</b><br>Ou <b>Salade italienne BIO</b> (Pâtes bio, carottes, courgettes, tomates, olives noires, crème, basilic, emmental, mayo, curcuma, sel, poivre)<br><b>Quiche au thon maison et Salade de mâche</b> - dosette vinaigrette<br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Choucroute au Riesling</b><br><b>Munster</b><br>Ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre<br><b>Fruit</b><br>Ou <b>Poire cuite sauce chocolat</b>                             | <b>Soupe à l'oignon</b><br><b>Noix de jambon de fumé* et beurre</b><br>Ou <b>Segments de pomelos</b><br><b>Dos de cabillaud sauce Noilly</b><br>Ou <b>Blanquette de dinde</b><br><b>Légumes ensoleillés</b> (haricots verts, courgettes, aubergines, poivrons, oignons)<br>Ou <b>Riz BIO Pilaf</b><br><b>Montboissier</b><br>Ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre<br><b>Cocktail de fruits au sirop léger et biscuit</b><br>Ou <b>Fruit</b>  | <b>Potage Saint Germain</b> (pois cassés)<br><b>Taboulé BIO à l'orientale</b><br>Ou <b>Concombre à l'estragon</b> et dosette de vinaigrette<br><b>Bœuf bourguignon</b><br>Ou <b>Œufs à la Berrichonne</b> (vin rouge, lardons, tomate)<br><b>Carottes Vichy</b><br>Ou <b>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</b><br><b>Pont l'Evêque</b><br>Ou <b>Fromage Tartare</b> ail et fines herbes<br><b>Galette des Rois</b><br>Ou <b>Mousse au citron</b>                        | <b>Potage fermier</b> (PdT, carottes, poireaux, chou vert)<br><b>Salade d'endives</b> et dosette de vinaigrette<br>Ou <b>Salade Camarguaise</b> (riz thaï parfumé, haricots rouges, petits pois, vinaigrette, ...)<br><b>Cuisse de lapin sauce moutarde</b><br>Ou <b>Filet de saumon sauce à l'aneth</b><br><b>Purée de pommes de terre maison</b><br>Ou <b>Fondue de poireaux</b><br><b>Mimolette</b><br>Ou <b>Yaourt velouté nature</b> dosette de sucre<br><b>Ile flottante et sa crème anglaise</b><br>Ou <b>Fruit</b>                             | <b>Potage carottes à l'orange</b><br><b>Salade coleslaw</b> ( <i>carotte et chou blanc râpés à la mayonnaise</i> )<br>Ou <b>Salade de pois chiches</b> (pois chiche, thon, tomate cuite, vinaigrette...)<br><b>Normandin de veau* sauce poivre</b><br>Ou <b>Chipolatas* et son confit d'oignons</b><br><b>Riz BIO Pilaf</b><br>Ou <b>Céleri braisé</b><br><b>Edam</b><br>Ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre<br><b>Fruit</b><br>Ou <b>Pot de crème maison au chocolat</b> | <b>Potage crème de brocolis</b><br><b>Salade océane</b> (PdT, moules, mayonnaise, oignons frais, persil plat frais, curry)<br>Ou <b>Asperges à la vinaigrette</b><br><b>Fondant de porc royal aux pruneaux et Cordial de légumes</b> (salsifis, navets, carottes, petits pois, oignons)<br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Spaghettis BIO à la bolognaise et emmental râpé</b><br><b>Coulommiers</b><br>Ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b><br><b>Tartelette au citron</b><br>Ou <b>Flan géliifié nappé caramel</b>  |
| Lundi 10  | Mardi 11  | Mercredi12  | Jeudi 13  | Vendredi 14  | Samedi 15   | Dimanche 16  |
| Potage velouté de potimarron<br><b>Œuf dur BIO entier* avec coquille</b> et dosette de mayonnaise<br>Ou <b>Salade Di Palermo BIO</b> (Pâtes BIO, tomates, mayo, ketchup, surimi, crevette, oignons frais, basilic, sel, poivre)<br><b>Sauté de veau marengo</b><br>Ou <b>Boudin noir* et sa compote de pommes</b><br><b>Endives braisées</b><br>Ou <b>Purée de pommes de terre maison</b><br><b>Saint Paulin</b><br>Ou <b>Fromage frais pavé ½ sel</b><br><b>Fruit</b> Ou <b>Semoule BIO au lait maison</b> | <b>Soupe du chalet</b><br><b>Poireaux à la vinaigrette</b><br>Ou <b>Fromage de tête</b><br><b>Merguez</b> et dosette de ketchup et <b>Ratatouille</b><br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Paëlla au poulet</b><br><b>Fromage de chèvre</b><br>Ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre<br><b>Gourmandise au chocolat</b><br>Ou <b>Fruit</b>  | <b>Potage crème de brocolis</b><br><b>Salade Vendéenne</b> (haricots blancs, poitrine de porc, emmental, oignons, vinaigrette)<br>Ou <b>Salade de tomates et maïs</b> et dosette de vinaigrette<br><b>Tarte Alsacienne au Munster maison</b> (Pommes de terre, Munster AOP, oignons)<br>Ou <b>Cœur de merlu sauce ensoleillée</b><br><b>Salade de mâche</b> et dosette de vinaigrette<br>Ou <b>Pâtes Coquillettes BIO et fromage râpé</b><br><b>Gouda</b><br>Ou <b>Fromage frais Cantafrais</b><br><b>Salade de fruits frais exotiques et biscuit</b><br>Ou <b>Compote et biscuit</b> | <b>Potage carottes à l'orange</b><br><b>Céleri râpé à la vinaigrette</b><br>Ou <b>Terrine au saumon fumé*</b> et dosette de mayonnaise<br><b>Steak haché sauce marchand de vin</b><br>Ou <b>Rôti de porc sauce crème d'ail</b><br><b>Gratin Dauphinois</b><br>Ou <b>Chou vert braisé</b><br><b>Emmental</b><br>Ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre<br><b>Fromage blanc aux fruits</b><br>Ou <b>Fruit</b>  | <b>Potage cultivateur</b> (PdT, carottes, poireaux, navets, céleri)<br><b>Courgettes râpées au basilic</b><br>Ou <b>Salade Vosgienne</b> (PdT, cervelas, oignons, persil plat frais, vinaigrette)<br><b>Dos de colin-lieu sauce poivre vert</b><br>Ou <b>Cuisse de pintade sauce normande</b><br><b>Pâtes Macaronis BIO et emmental râpé</b><br>Ou <b>Carottes et navets persillés</b><br><b>Carré de l'Est</b><br>Ou <b>Fromage Cantadou</b> ail et fines herbes<br><b>Pruneaux d'Agen à la cannelle et biscuit</b><br>Ou <b>Liégeois au chocolat</b> | <b>Potage velouté de butternut</b><br><b>Salade chinoise</b> (Soja, carottes, vinaigrette, riz thaï parfumé, surimi, miel de fleurs, coriandre)<br>Ou <b>Salade de haricots verts à la vinaigrette</b><br><b>Travers de porc sauce barbecue et Purée de chou-fleur maison</b><br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tajine de veau olives/citron et Pommes de terre</b><br><b>Brie</b><br>Ou <b>Yaourt velouté nature</b> et dosette de sucre<br><b>Salambo</b><br>Ou <b>Fruit</b>               | <b>Potage Saint Germain</b> (pois cassés)<br><b>Carottes râpées aux câpres</b><br>Ou <b>Salade de pâtes BIO à l'indienne</b> (Pâtes risone Bio, filet de poulet, carottes, tomates, coriandre frais, oignons,...)<br><b>Rôti de bœuf sauce chasseur</b><br>Ou <b>Omelette* aux lardons et oignons</b><br><b>Polenta crémeuse</b><br>Ou <b>Poêlée bouquet de légumes</b> (carottes, haricots mange-tout, chou-fleur,...)<br><b>Cantal</b><br>Ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre<br><b>Crème dessert au café</b><br>Ou <b>Pêche au sirop léger et biscuit</b> |
| Lundi 17  | Mardi18   | Mercredi19  | Jeudi 20  | Vendredi 21  | Samedi 22   | Dimanche 23  |
| <b>Soupe du chalet</b><br><b>Radis et beurre</b><br>Ou <b>Feuilleté bolognaise</b><br><b>Cuisse de poulet façon grand-mère et Purée Crécy maison</b> (carottes)<br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Petit salé aux lentilles BIO</b><br><b>Camembert</b><br>Ou <b>Fromage Cantadou</b><br><b>Pomme au four</b> et dosette de confiture<br>Ou <b>Riz au lait</b>  | <b>Potage crème de brocolis</b><br><b>Segments de pomelos*</b><br>Ou <b>Taboulé BIO au thon</b> (semoule BIO, tomates, concombre, thon, poivrons, assaisonnement)<br><b>Andouillette de canard*</b> et confit d'oignons<br>Ou <b>Tarte méditerranéenne maison</b> (ratatouille, œuf, lait, crème, emmental)<br><b>Frites au four*</b><br>Ou <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette<br><b>Tomme des Pyrénées AOP</b><br>Ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre<br><b>Mousse au chocolat</b><br>Ou <b>Fruit</b> | <b>Potage velouté de potimarron</b><br><b>Salade aux deux pommes</b> (PdT, pomme, crème, oignons, sel, poivre)<br>Ou <b>Salade Coleslaw</b> (carottes et chou blanc)<br><b>Filet de limande meunière* et citron</b><br>Ou <b>Steak haché sauce milanaise</b> (tomates, jambon blanc)<br><b>Poêlée de légumes</b> (brocolis, haricots verts, champignons, poivrons)<br>Ou <b>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</b><br><b>Mimolette</b><br>Ou <b>Yaourt velouté nature</b> dosette de sucre<br><b>Fruit</b><br>Ou <b>Abricot au sirop léger et biscuit</b>                            | <b>Potage cultivateur</b><br><b>Mousse de foie* et cornichon</b><br>Ou <b>Salade sicilienne BIO</b> (Pâtes BIO, poivrons verts et rouges, vinaigrette, poulet, oignons frais, basilic, sel)<br><b>Rôti de veau sauce normande et Riz BIO Pilaf</b><br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Œufs durs Florentine sauce Mornay</b> (épinards)<br><b>Edam</b><br>Ou <b>Fromage Tartare</b> ail et fines herbes<br><b>Charlotte aux poires</b><br>Ou <b>Compote de pomme maison et biscuit</b> | <b>Soupe aux vermicelles</b><br><b>Crêpe au fromage*</b><br>Ou <b>Salade du Sud-Ouest</b> (haricots verts, flageolets, champignons de paris, gésiers de volaille, ciboulette, ail)<br><b>Carbonade Flamande</b><br>Ou <b>Dos de cabillaud sauce estragon</b><br><b>Polenta crémeuse</b><br>Ou <b>Gratin de brocolis</b><br><b>Montboissier</b><br>Ou <b>Fromage fondu Kiri</b><br><b>Fruit</b><br>Ou <b>Crème dessert à la vanille</b>   | <b>Potage carottes à l'orange</b><br><b>Céleri rémoulade</b><br>Ou <b>Salade créole</b> (riz, poulet, ananas, tomate, raisins secs)<br><b>Sauté de veau citron / olives</b><br>Ou <b>Boudin blanc sauce Porto</b><br><b>Semoule BIO</b><br>Ou <b>Choux de Bruxelles à la paysanne</b> (lardons)<br><b>Bûche des Dômes</b><br>Ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre<br><b>Crème renversée</b><br>Ou <b>Fruit</b>  | <b>Potage fermier</b><br><b>Salade Mexicaine</b> (Maïs, poivrons, haricots rouges,<br>Ou <b>Carottes à la marocaine</b><br><b>Rôti de dinde sauce madère et Purée de potimarron maison</b><br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone sauce forestière et emmental râpé</b><br><b>Pont l'Evêque</b><br>Ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre<br><b>Eclair au café</b><br>Ou <b>Fruit</b>   |
| Lundi 24  | Mardi 25  | Mercredi 26   | Jeudi 27  | Vendredi 28  | Samedi 29   | Dimanche 30  |
| <b>Potage velouté de butternut</b><br><b>Chou blanc râpé aux raisins secs</b><br>Ou <b>Pâté en croûte* et cornichon</b><br><b>Tête de veau sauce gribiche</b><br>Ou <b>Cœur de merlu sauce dieppoise</b><br><b>Pommes de terre vapeur persillées</b><br>Ou <b>Purée haricots verts</b><br><b>Brie</b><br>Ou <b>Yaourt velouté nature</b> dosette de sucre<br><b>Compote et biscuit</b><br>ou <b>Fruit</b>   | <b>Potage Saint Germain</b> (pois cassés)<br><b>Maquereau à la moutarde</b><br>Ou <b>Salade aux deux racines</b> (carottes et betteraves cuites)<br><b>Quiche aux poireaux maison</b><br>Ou <b>Rôti de bœuf sauce poivre</b><br><b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette<br>Ou <b>Pâtes coquillettes BIO et emmental râpé</b><br><b>Gouda</b><br>Ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b><br><b>Pruneaux d'Agen au sirop et biscuit</b><br>Ou <b>Yaourt aux fruits</b>  | <b>Potage crème de brocolis</b><br><b>Salade de Naples BIO</b> (pâtes BIO, courgettes, tomates, thon, vinaigrette)<br>Ou <b>Courgettes râpées au basilic</b><br><b>Cuisse de canette confite au jus et Pommes noisettes*</b><br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Endives au jambon blanc Label Rouge</b><br><b>Fromage laits mélangés</b><br>Ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre<br><b>Flan pâtissier</b><br>Ou <b>Fruit</b>   | <b>Potage carottes à l'orange</b><br><b>Macédoine de légumes mayonnaise</b><br>Ou <b>Salade de Bresse</b><br><b>Boulettes d'agneau à la provençale</b><br>Ou <b>Fondant de porc au romarin</b> (joue de porc)<br><b>Purée St Germain maison</b> (pois cassés)<br>Ou <b>Salsifis persillés</b><br><b>Emmental</b><br>Ou <b>Fromage fondu Samos</b><br><b>Fruit</b><br>Ou <b>Compote et biscuit</b>   | <b>Potage fermier</b><br><b>Carottes râpées à la vinaigrette</b><br>Ou <b>Salade de riz aux deux couleurs</b> (riz thaï, concombre, curcuma, vinaigrette)<br><b>Dos de colin-lieu sauce hollandaise</b><br>Ou <b>Omelette nature*</b><br><b>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</b><br>Ou <b>Ratatouille</b><br><b>Saint Nectaire</b><br>Ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre<br><b>Crème dessert au caramel</b><br>Ou <b>Poire cuite sauce chocolat</b>  | <b>Potage cultivateur</b><br><b>Taboulé BIO</b><br>Ou <b>Salade de mâche</b> -Dosette de vinaigrette<br><b>Filet de poulet sauce forestière et Petits pois à la française</b><br>Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Hachis Parmentier</b><br><b>Munster</b><br>Ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre<br><b>Moelleux au chocolat</b><br>Ou <b>Fruit</b>   | <b>Potage velouté de potimarron</b><br><b>Cœurs de palmiers et maïs vinaigrette</b><br>Ou <b>Salade Paimpol</b> (Haricots blancs, échalotes, lardons, vinaigrette, persil)<br><b>Blanquette de veau à l'ancienne</b><br>Ou <b>Saucisse de Toulouse et confit d'oignons</b><br><b>Riz BIO pilaf</b><br>Ou <b>Gratin de chou-fleur</b><br><b>Saint Paulin</b><br>Ou <b>Fromage frais Carré frais</b><br><b>Compote pomme poire maison et biscuit</b><br>Ou <b>Liégeois à la vanille</b>  |
| Lundi 31  |   |   |   |  |   |  |
| <b>Potage Saint Germain</b> (pois cassés)<br><b>Salade Coleslaw</b><br>Ou <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise<br><b>Rôti de bœuf sauce échalotes</b><br>Ou <b>Cuisse de poulet sauce poulette</b><br><b>Purée de pomme de terre</b><br>Ou <b>Jardinière de légumes</b><br><b>Cantal</b> Ou <b>Fromage frais St Bricet</b><br><b>Mirabelles au sirop léger et biscuit</b> Ou <b>Mousse au café</b>   |   |   |   |  |   |  |