

## 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

## SEPTEMBRE 2022

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

PRÉNOM : \_\_\_\_\_

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

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

**MERCI DE RETOURNER VOS CHOIX AVANT LE 1er 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



PLANNING DELAIS ANNULATIONS  
SEMAINE EN COURS

Appel client avant 10h -Jour-	Repas qui peuvent être annulés (et non facturés) -Annulation classique et hospitalisation-
<b>LUNDI</b>	<b>Samedi et Dimanche</b>
<b>MARDI</b>	<b>Lundi</b>
<b>MERCREDI</b>	<b>Mardi</b>
<b>JEUDI</b>	<b>Mercredi</b>
<b>VENDREDI</b>	<b>Jeudi et Vendredi</b>



**POUR OBTENIR UNE COPIE DE VOTRE MENU DUMENT COMPLÉTÉ, MERCI DE COCHER LA CASE CI-CONTRE**

Jeudi 1	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4
<p><b>Potage Crécy</b> (carottes)</p> <p><b>Salade Vendéenne BIO</b> (haricots blancs, poitrine de porc, emmental, oignons, vinaigrette) ou <b>Terrine océane au saumon*</b> et dosette de mayonnaise</p> <p><b>Quiche aux 3 fromages maison</b> ou <b>Normandin de veau*</b> sauce forestière</p> <p><b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Coquillettes BIO &amp; emmental râpé</b></p> <p><b>Fromage laits mélangés</b> ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Compote et biscuit</b></p>	<p><b>Potage crème de haricots à la Russe</b> (haricots vert, PdT, poireau)</p> <p><b>Concombre</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Salade méditerranéenne BIO</b> (PdT, tomates, céleri, poivron, œuf, vinaigrette, persil)</p> <p><b>Calamars à l'espagnole</b> ou <b>Gigot d'agneau rôti froid</b> et moutarde</p> <p><b>Riz BIO Pilaf</b> ou <b>Ratatouille</b></p> <p><b>Saint Paulin</b> ou <b>Tartare ail et fines herbes</b></p> <p><b>Pruneaux d'Agen au sirop et biscuit</b> ou <b>Mousse aux marrons</b></p>	<p><b>Potage mouliné de légumes</b> (PdT, poireau)</p> <p><b>Salade de pâtes BIO à l'Indienne</b> (Pâtes BIO, filet de poulet, carottes, tomates, coriandre, oignons rouge, olive noire ...)</p> <p>ou <b>Salade betteraves BIO à l'œuf dur</b></p> <p><b>Rôti de veau sauce poivre</b> ou <b>Boulettes de bœuf</b> sauce napolitaine</p> <p><b>Navets et carottes BIO persillés</b> ou <b>Semoule BIO</b></p> <p><b>Saint Nectaire</b> ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Framboisier</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage velouté de courgettes au curry</b></p> <p><b>Segments de pomelos*</b> ou <b>Salade chinoise</b> (soja, carottes, riz thaï, surimi, miel, vinaigrette)</p> <p><b>Filet de poulet sauce estragon</b> ou <b>Sauté de porc au romarin</b></p> <p><b>Pommes de terre rissolées aux herbes*</b> ou <b>Gratin de brocolis BIO maison</b></p> <p><b>Brie</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Liégeois à la vanille</b> ou <b>Fruit</b></p>

Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Samedi 10	Dimanche 11
<p><b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur)</p> <p><b>Salade de Naples BIO</b> (pâtes BIO, thon, tomates, courgettes, oignons, olives noires, vinaigrette) ou <b>Salade de haricots verts BIO et œuf dur</b></p> <p><b>Cuisse de lapin sauce chasseur et Riz BIO Pilaf</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Jambon persillé de Bourgogne et sa Macédoine à la russe</b></p> <p><b>Munster</b> ou <b>Fromage frais St Môret</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Liégeois au café</b></p>	<p><b>Potage Provençal</b> (tomate, oignon, courgette)</p> <p><b>Avocat</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Taboulé BIO</b></p> <p><b>Tête de veau sauce gribiche</b> ou <b>Galette paysanne maison</b> (jambon blanc, emmental, tomates, oignons)</p> <p><b>Pommes de terre BIO vapeur persillées</b> ou <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette</p> <p><b>Camembert</b> ou <b>Yaourt velouté nature</b> et sucre</p> <p><b>Compote et biscuit</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage crème de haricots à la Russe</b></p> <p><b>Saucisson sec*</b> et cornichon ou <b>Tomate persillée</b> et dosette vinaigrette</p> <p><b>Dos de cabillaud sauce Noilly</b> ou <b>Filet de poulet sauce provençale</b></p> <p><b>Purée du soleil BIO maison</b> (carottes et poivrons) ou <b>Polenta crémeuse</b></p> <p><b>Cantal</b> ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Pruneaux d'Agen au vin et biscuit</b></p>	<p><b>Potage mouliné de légumes</b></p> <p><b>Feuilleté à la bolognaise*</b> ou <b>Melon</b></p> <p><b>Rosbif froid sauce béarnaise</b> ou <b>Œufs à la Berrichonne</b> (vin rouge, lardons, tomates)</p> <p><b>Blettes à la béchamel</b> ou <b>Purée de pommes de terre BIO</b></p> <p><b>Gouda</b> ou <b>Fromage fondu Kiri</b></p> <p><b>Clafoutis aux cerises</b> ou <b>crème dessert à la vanille</b></p>	<p><b>Soupe froide gaspacho</b> (tomate, courgette, poivron)</p> <p><b>Salade Catalane</b> (Tomates, haricots verts, poivrons, œuf, vinaigrette...)</p> <p>ou <b>Salade de Bresse BIO</b> (PdT, haricots verts, émincé de poulet, maïs, vinaigrette)</p> <p><b>Chipolatas et son confit d'oignons</b> ou <b>Filet de limande meunière*</b> et citron</p> <p><b>Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé</b> ou <b>Aubergines à la provençale</b></p> <p><b>Bûche des Dômes</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Mousse au chocolat</b> ou <b>fruit</b></p>	<p><b>Potage persil</b></p> <p><b>Céleri BIO rémoulade</b> ou <b>Œuf en gelée</b> (Œuf, gelée, carottes fraîches, céleri, courgettes, tomate fraîche, Jambon Label rouge, persil plat frais, estragon)</p> <p><b>Cuisse de pintade sauce normande</b> ou <b>Rôti de porc sauce miel</b></p> <p><b>Riz BIO Pilaf</b> ou <b>Carottes Vichy BIO</b></p> <p><b>Mimolette</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Fruit</b> Ou <b>Compote et biscuit</b></p>	<p><b>Potage velouté tomates / basilic</b></p> <p><b>Lentilles BIO à la vinaigrette</b> ou <b>Terrine aux 3 légumes*</b> et mayonnaise</p> <p><b>Sauté de porc aux pruneaux et Poêlée bouquet de légumes</b> (carottes, haricots mange-tout, chou-fleur, tomates, oignon, poivrons)</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone*</b> sauce tomate et emmental râpé</p> <p><b>Edam</b> ou <b>boursin ail et fines herbes</b></p> <p><b>Mille-feuilles</b> ou <b>Flan gélifié nappé caramel</b></p>

Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
<p><b>Potage crème de haricots à la Russe</b></p> <p><b>Œuf dur BIO*</b> entier avec coquille et dosette de mayonnaise ou <b>Melon</b></p> <p><b>Rôti de veau sauce crème d'ail</b> ou <b>Saucisse de Toulouse*</b> et son confit d'oignons</p> <p><b>Brocolis BIO</b> ou <b>Riz BIO Pilaf</b></p> <p><b>Carré de l'Est</b> ou <b>Fromage frais Pavé ½ sel</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Fromage blanc fruité</b></p>	<p><b>Potage velouté de courgettes au curry</b></p> <p><b>Carottes BIO râpées à la vinaigrette</b> ou <b>Fromage de tête persillé*-</b> vinaigrette</p> <p><b>Dos de colin-lieu sauce armoricaine</b> au Cognac et Epinards au beurre ou <b>PLAT 2 EN 1 – Couscous BIO</b></p> <p><b>Montboissier</b> ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b></p> <p><b>Charlotte aux poires</b> ou <b>Liégeois au chocolat</b></p>	<p><b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur)</p> <p><b>Salade piémontaise BIO</b> ou <b>Asperges à la vinaigrette</b></p> <p><b>Quiche au thon et à la tomate maison et salade verte</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) – Rôti de dinde froid</b> et dosette de moutarde et <b>Salade Italienne BIO</b> (pâtes BIO, carottes, courgettes, tomates, olives, emmental, crème, mayonnaise, basilic, curcuma)</p> <p><b>Emmental</b> ou <b>fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Compote et biscuit</b></p>	<p><b>Potage velouté tomates / basilic</b></p> <p><b>Pastèque</b> ou <b>Terrine aux 3 poissons*</b> et dosette de mayonnaise</p> <p><b>Steak haché de bœuf sauce poivre et Frites au four*</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Moussaka macédonienne au porc</b></p> <p><b>Fromage de chèvre</b> ou <b>Yaourt velouté nature</b> et sucre</p> <p><b>Pot de crème vanille maison</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage persil</b></p> <p><b>Céleri BIO à la vinaigrette</b> ou <b>Taboulé BIO au thon</b></p> <p><b>Cœur de merlu sauce beurre blanc</b> ou <b>Fricassée de poulet sauce normande</b></p> <p><b>Riz BIO Pilaf</b> ou <b>Jardinière de légumes</b></p> <p><b>Brie</b> ou <b>Fromage Cantadou</b> ail et fines herbes</p> <p><b>Cocktail de fruits au sirop léger et biscuit</b> ou <b>Mousse au café</b></p>	<p><b>Potage Crécy</b> (carottes)</p> <p><b>Salade Mexicaine</b> (maïs, poivrons, haricots rouges, olives, oignons, vinaigrette)</p> <p>ou <b>Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette</b></p> <p><b>Travers de porc sauce barbecue</b> ou <b>Normandin de veau*</b> sauce forestière</p> <p><b>Purée de céleri BIO maison</b> ou <b>Macaronis BIO emmental râpé</b></p> <p><b>Saint Paulin</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Tartelette au chocolat</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage mouliné de légumes</b></p> <p><b>Segments de pomelos*</b> ou <b>Salade Sicilienne BIO</b> (pâtes BIO, poulet, poivrons, oignons, vinaigrette)</p> <p><b>Estouffade de bœuf délicieuse aux lardons et Pommes boulangères BIO</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Œufs Dubarry BIO</b> (œufs durs, chou-fleur)</p> <p><b>Coulommiers</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Crème renversée</b> ou <b>Compote pomme maison et biscuit</b></p>

Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
<p><b>Potage Provençal</b></p> <p><b>Carottes BIO à la Marocaine</b> ou <b>Quiche au fromage*</b></p> <p><b>Cuisse de poulet Wang et Poêlée chinoise</b> (Carottes, courgettes, soja, petits pois, oignons, champignons noirs, mélisse, graines de sésame) ou <b>PLAT 2 EN 1 – Saucisse fumée supérieure</b> et dosette de moutarde et ses <b>lentilles BIO à la paysanne</b></p> <p><b>Saint Nectaire</b> ou <b>Fromage frais St Bricet</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Ile flottante et sa crème anglaise</b></p>	<p><b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur)</p> <p><b>Melon</b> ou <b>Salade de rollmops aux 2 pommes BIO</b> (PdT, rollmops, pomme, crème, lait)</p> <p><b>Colombo de dinde</b> ou <b>Croque-monsieur maison</b></p> <p><b>Riz BIO Pilaf</b> ou <b>salade verte</b> et dosette de vinaigrette</p> <p><b>Pont l'Evêque</b> ou <b>Petits suisses</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Yaourt aux fruits</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Soupe froide gaspacho</b></p> <p><b>Taboulé BIO à l'orientale BIO</b> (semoule BIO, tomates, poivrons concombre, filet de poulet, raisins secs) ou <b>Terrine aux 2 poissons*</b> et citron</p> <p><b>Beaufilet de colin-lieu pané*</b> et citron ou <b>Rôti de veau à la fleur de thym</b></p> <p><b>Ratatouille</b> ou <b>Pommes de terre BIO vapeur persillées</b></p> <p><b>Camembert</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Salade de fruits exotiques et biscuit</b> ou <b>Compote et son biscuit</b></p>	<p><b>Potage velouté de courgettes au curry</b></p> <p><b>Rillettes pur porc*</b> et cornichon ou <b>Avocat</b> et dosette de mayonnaise</p> <p><b>Omelette* oignons et lardons et Purée de potimarron BIO maison</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone*</b> sauce forestière et emmental râpé</p> <p><b>Gouda</b> ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Eclair au café</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage mouliné de légumes</b></p> <p><b>Tomate persillée</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Pasta à la Grecque BIO</b> (pâtes, concombre, jambon blanc, feta, assaisonnement)</p> <p><b>Dos de cabillaud sauce à l'aneth et Carottes Vichy BIO</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Rosbif froid</b> dosette moutarde et <b>Salade de pommes de terre à la dijonnaise BIO</b> (pdT, carottes, tomate, persil, œuf dur)</p> <p><b>Bûche des Dômes</b> ou <b>Fromage fondu vache qui rit</b></p> <p><b>Pruneaux d'Agen au thé et biscuit</b> ou <b>Mousse aux marrons</b></p>	<p><b>Potage velouté tomates / basilic</b></p> <p><b>Radis* et beurre</b> ou <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise</p> <p><b>Sauté d'agneau à la menthe</b> ou <b>Rôti de porc sauce moutarde</b></p> <p><b>Semoule BIO</b> ou <b>Purée de chou-fleur maison BIO</b></p> <p><b>Edam</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Liégeois au chocolat</b> ou <b>Ananas au sirop léger et biscuit</b></p>	<p><b>Potage crème de haricots à la Russe</b></p> <p><b>Salade de riz BIO à l'Indienne</b> (riz thaï, thon, œuf dur, olives, assaisonnement) ou <b>Marinade du soleil</b> (carottes, chou-fleur, courgettes, poivrons, tomates, olives)</p> <p><b>Cuisse de canette sauce poivre vert</b> Ou <b>Daube de bœuf</b></p> <p><b>Courgettes BIO sautées à l'ail</b> ou <b>Fusillis BIO emmental râpé</b></p> <p><b>Cantal</b> ou <b>Fromage tartare ail et fines herbes</b></p> <p><b>Flan pâtissier</b> ou <b>Fruit</b></p>

Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30
<p><b>Potage persil</b></p> <p><b>Segments de pomelos*</b> ou <b>Pâté en croûte*</b> et cornichon</p> <p><b>Paupiette de veau sauce forestière et Polenta crémeuse</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID)</b></p> <p><b>Cœur de merlu froid</b> et dosette de mayonnaise et <b>Salade Cambodgienne</b> (poivrons, soja, tomates, filet de poulet, assaisonnement)</p> <p><b>Mimolette</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Compote et biscuit</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage Crécy</b> (carottes)</p> <p><b>Salade Landaise BIO</b> (PdT, gésiers...)</p> <p>ou <b>Salade betteraves BIO vinaigrette</b></p> <p><b>Quiche au jambon moutarde emmental maison</b> ou <b>Cuisse de pintade cocotte</b></p> <p><b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette ou <b>Pâtes Pennes BIO et emmental râpé</b></p> <p><b>Montboissier</b> ou <b>Boursin ail et fines herbes</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Semoule BIO au lait maison</b></p>	<p><b>Potage velouté de courgettes au curry</b></p> <p><b>Œuf dur BIO*</b> entier avec coquille et dosette de mayonnaise ou <b>Pastèque</b></p> <p><b>Boudin blanc*</b> sauce Porto ou <b>Rôti de bœuf</b> sauce marchand de vin</p> <p><b>Haricots verts maison persillés</b> ou <b>Purée de pomme de terre BIO</b></p> <p><b>Coulommiers</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Tartelette aux myrtilles</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage velouté de potimarron</b></p> <p><b>Concombre bulgare</b> ou <b>Tresse au fromage</b></p> <p><b>Gigot d'agneau rôti froid</b> et moutarde ou <b>Sauté de porc au curry</b></p> <p><b>Pâtes BIO à la tomate</b> et emmental râpé ou <b>Salsifis</b></p> <p><b>Saint Paulin</b> ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Compote pomme/ poire maison et biscuit</b></p>	<p><b>Potage cresson</b></p> <p><b>Carottes BIO râpées à l'orange</b> ou <b>Salade créole BIO</b> (riz, poulet, ananas, tomate, raisins secs)</p> <p><b>Steak haché sauce échalotes et Aubergines à la provençale</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Choucroute de la mer</b></p> <p><b>Emmental</b> ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b></p> <p><b>Crème dessert au caramel</b> ou <b>Fruit</b></p>