

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

Maison  LeRoux

Semaine bleue
du 03 au 07 octobre :
Etats Unis, Mexique,
Espagne, France,
Afrique



Vos choix de menus

OCTOBRE 2022

NOM : _____

PRÉNOM : _____

VILLE : _____

DATE RETOUR DU MENU : _____

RAPPEL : En raison des jours fériés, les livraisons des repas seront modifiées :

Jour de livraison :	Repas livrés :
Lundi 31/10	Lundi 31/10 Mardi 01/11

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

PLANNING DELAIS ANNULATIONS
SEMAINE EN COURS

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

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



		Samedi 1			Dimanche 2	
		Potage poireaux / pommes de terre Salade Bien-Etre BIO (pâtes BIO, maïs, courgettes, emmental, vinaigrette) Ou Macédoine à la Russe (macédoine, œuf dur, jambon blanc, mayonnaise) Filet de poulet sauce crème et petits pois BIO à la Française Ou PLAT 2 EN 1 – Feijoada (Sauté de porc, haricots rouges, tomate, vin blanc, oignons, ail, curry, coriandre, cumin, clou de girofle, sel, poivre) Carré de l'Est Ou Yaourt velouté nature et dosette sucre Douceur chocolat Ou Fruit			Potage crème de carottes Champignons à la Grecque Ou Salade Niçoise BIO (PdT, haricots verts, thon, tomates, œuf, vinaigrette) Rôti de veau à la provençale Ou Omelette au fromage* Riz BIO Pilaf Ou Mousseline d'épinards Munster Ou Fromage fondu Samos Fruit Ou Crème dessert au café	
Lundi 3 ETATS-UNIS	Mardi 4 MEXIQUE	Mercredi 5 ESPAGNE	Jeudi 6 FRANCE	Vendredi 7 AFRIQUE	Samedi 8	Dimanche 9
Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Salade coleslaw BIO (carotte, chou blanc, mayo) Ou Salade de hareng BIO (PdT BIO, hareng fumé, huile de colza, oignons, sel, persil, poivre) Travers de porc sauce barbecue Ou Boulettes de bœuf* sauce napolitaine Frites Ou Haricots verts persillés Mimolette Ou Fromage frais Saint Môret Brownie et crème anglaise Ou Fruit	Soupe du chalet (Pdt, carottes, navets, épinards) Salade Tex-Mex (Maïs, tomates, vinaigrette, oignons, olives noires, épices chili, sel, poivre) Ou Taboulé à l'orientale BIO (semoule blé BIO, tomates, concombres, filet de poulet, raisin sec, poivrons, huile colza et olive, menthe, oignons, épices) Rôti de dinde sauce crème et purée de Brocolis BIO Ou PLAT 2 EN 1 – Chili con carne Yaourt au lait de brebis Ou Cantal Fruit Ou Compote et biscuit	Potage fermier (Pdt, poireaux, carottes, chou vert) Salade de lentille BIO à la vinaigrette Ou Chou rouge râpé à la vinaigrette Calamar à l'Espagnol (tomates, poivrons, crème, olive noire, vin blanc, piment d'Espelette) Ou Normandin de veau sauce forestière Légumes ensoleillés (haricots verts, courgettes, aubergines, poivrons, oignons) Ou Semoule BIO Tomme des Pyrénées Ou Yaourt nature et dosette de sucre Crème renversée Ou Fruit	Potage velouté de butternut Terrine de canard et cornichon Ou Tomate persillée et dosette de vinaigrette Boudin noir et sa compote de pomme Ou Quiche chèvre épinards Purée de pomme de terre BIO Ou Salade verte et dosette de vinaigrette Brie Ou Fromage frais saint Bricet Pomme au four et dosette de confiture Ou Crème dessert au chocolat	Potage poireaux / pommes de terre Salade africaine (haricots rouge, poivrons, cœurs de palmiers, pignons) Ou Feuilleté à la bolognaise* Filet de poulet au gingembre Ou Omelette aux oignons et tomate Gratin d'aubergines Ou Riz BIO pilaf Saint Paulin Ou Fromage fondu Six de Savoie Beignet au sucre Ou Fromage blanc aux fruits	Potage cresson Salade italienne BIO (pâtes BIO, carottes, courgettes, tomates, olives, crème basilic, emmental, mayonnaise, épices) Ou Champignons à la grecque Jambon blanc Label Rouge sauce madère et jardinières de légumes (carottes, céleri, courgette) Ou PLAT 2 EN 1 : Tortellinis boscone sauce tomate et emmental râpé Camembert Ou Yaourt velouté nature et sucre Fruit Ou Pêche au sirop léger et biscuit	Potage velouté de potimarron Œuf dur BIO* entier et sa coquille et dosette de mayonnaise Ou Macédoine à la vinaigrette Estouffade de bœuf délicate Ou Dos de cabillaud sauce beurre blanc Céleri rave braisé Ou Polenta crémeuse Carré de l'Est Ou Fromage blanc et dosette de sucre Eclair au café Ou Fruit
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Samedi 15	Dimanche 16
Potage crème de carottes Poireaux à la vinaigrette Ou Céleri BIO rémoulade Boulette d'agneau sauce curry Ou Jambon blanc Label Rouge Semoule BIO aux saveur orientales Ou Petits pois BIO à la Française Fromage laits mélangés (vache & chèvre) Ou Fromage frais Chanteneige Fruit Ou Liégeois à la vanille	Potage velouté de butternut Carottes BIO râpées à la vinaigrette Ou Salade du soleil BIO (Pâte BIO, carottes, jambon, basilic, tomates, oignon rouge, olives, huile tournesol et olive, vinaigre de vin, moutarde, sel, poivre) Andouillette de porc sauce moutarde à l'ancienne Ou Cuisse de pintade sauce normande Purée de pommes de terre BIO Ou Haricots beurre persillés Mimolette Ou Faisselle et dosette de sucre Compote et biscuit Ou Fruit	Potage poireaux / pommes de terre Crêpe aux champignons* Ou Courgettes râpées au basilic Beau-filet de colin-lieu pané et citron Ou Colombo de dinde Brocolis Ou Riz BIO Pilaf Montboissier Ou Fromage frais cantafrais Fruit Ou Cocktail de fruits au sirop léger et biscuit	Soupe du chalet (Pdt, carottes, navets, épinards) Taboulé BIO au thon (semoule BIO, thon, tomate, concombre, poivron, assaisonnement) Ou Tomate persillée et dosette de vinaigrette Carbonade Flamande Ou Saucisse de Francfort* et dosette de moutarde Carottes BIO à la crème Ou Purée St Germain maison (pois cassés) Pont l'Evêque Ou Petits suisses et dosette de sucre Bavarois aux fruits rouges Ou Fruit	Potage cresson Salade d'endives et dosette de vinaigrette Ou Salade Charcutière BIO (PdT, jambon blanc, cornichon, oignon, persil, assaisonnement) Dos de colin-lieu sauce champignons et Gratin de chou-fleur BIO Ou PLAT 2 EN 1 – Axoa de veau BIO (haché de veau, riz basmati, tomates, poivrons) Munster Ou Yaourt velouté nature et dosette de sucre Crème dessert au caramel Ou Compote pomme/ poire BIO maison et biscuit	Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Radis* et beurre Ou Œuf dur BIO* entier et sa coquille et dosette de mayonnaise Cuisse de canette sauce poivre vert Ou Croque-Monsieur maison Pommes Dauphines* Ou Salade verte et dosette de vinaigrette Edam Ou Fromage blanc et dosette de sucre Fruit Ou Yaourt aux fruits	Soupe à l'oignon Salade Exotique BIO (riz thaï, ananas, maïs, surimi, olives noires, vinaigrette) Ou Salade de betteraves BIO à la vinaigrette Crépinette de porc sauce tomate Ou Rôti de bœuf sauce marchand de vin Choux de Bruxelles à la paysanne (choux de Bruxelles, lardons) Ou Pâtes Fusillis BIO et emmental râpé Coulommiers Ou Tartare ail et fines herbes Tartelette aux citrons Ou Semoule au lait
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21	Samedi 22	Dimanche 23
Potage velouté de potimarron Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise Ou Chou blanc râpé à l'ananas Normandin de veau sauce crème Ou Dos de cabillaud sauce estragon Jardinière de légumes Ou Semoule BIO Saint Paulin Ou Petits suisses et dosette de sucre Fruit Ou Pruneaux d'Agen au vin et biscuit	Potage de céleri Salade de Bresse BIO (PdT BIO, haricots verts, émincé de poulet, maïs, vinaigrette, olive, échalote, sel, poivre) Ou Crevettes* et beurre Cuisse de poulet cocotte et Purée de courgettes Ou PLAT 2 EN 1 – Potée auvergnate Saint Nectaire Ou Fromage fondu Vache qui rit Tarte aux pommes Ou Flan gélatiné nappé au caramel	Potage crème de carottes Avocat et dosette de vinaigrette Ou Salade Créole BIO (riz BIO, poulet, ananas, tomate, raisins secs) Quiche aux oignons maison Ou Tripes à la mode de Caen Salade de mâche et dosette de vinaigrette Ou Pommes de terre BIO vapeur persillés Chèvre Ou Fromage blanc et dosette de sucre Fruit Ou Compote et biscuit	Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Concombre à l'estragon et dosette de vinaigrette Ou Mousse de canard* et cornichon Steak haché de bœuf sauce poivre Ou Sauté de porc au curry Frites au four* Ou Chou vert braisé Gouda Ou Yaourt nature et dosette de sucre Pot de crème au chocolat maison Ou Fruit	Potage fermier (Pdt, poireaux, carottes, chou vert) Carottes BIO râpées à la vinaigrette Ou Quiche Lorraine Filet de merlu sauce à l'aneth Ou Rosbif froid sauce béarnaise Pâtes Macaronis BIO et emmental râpé Ou Poêlée bouquet de légumes (Carottes, haricots mange tout, chou-fleur, tomates, oignon, poivron) Carré de l'Est Ou Fromage Cantadou ail et fines herbes Pomme au four Ou Crème dessert au café	Potage velouté de butternut Salade mexicaine (maïs, poivrons, haricots rouges, vinaigrette, oignons, olives, sel, poivre) Ou Asperges à la vinaigrette Quenelle de volaille sauce forestière Ou Langue de veau sauce piquante Endives braisées Ou Purée de pommes de terre BIO Brie Ou Yaourt velouté nature et sucre Charlotte aux poires Ou Compote de pomme BIO et biscuit	Potage poireaux / pommes de terre Segments de pomelos* et dosette de sucre Ou Pasta à la grecque BIO (Pâtes BIO, concombre, tomate, jambon blanc, feta, origan, huile d'olive) Bœuf à la niçoise et riz BIO Pilaf Ou PLAT 2 EN 1 – Œufs à la Florentine sauce Mornay (épinards) Cantal Ou Fromage fondu Kiri Crème renversée Ou Fruit
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28	Samedi 29	Dimanche 30
Potage cresson Chou rouge au lard Ou Pizza au fromage* Rognons de porc sauce madère Ou Filet de poulet sauce estragon Polenta crémeuse Ou Carottes BIO Vichy Camembert Ou Fromage frais Cantadou Fruit Ou Liégeois au chocolat	Soupe du chalet (Pdt, carottes, navets, épinards) Salade Paimpol BIO (Haricots blancs, échalotes, lardons, vinaigrette, persil) Ou Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise Dos de colin-lieu sauce gingembre Ou Daube de bœuf Haricots verts BIO persillés Ou Pâtes coquillettes BIO et emmental râpé Brique Bleue Ou Yaourt velouté nature et sucre Fromage blanc fruité Ou Fruit	Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Andouille* et beurre Ou Radis et beurre Cuisse de pintade sauce Normande Ou Rôti de veau sauce crème d'ail Purée de potimarron BIO Ou Pommes de terre BIO vapeur persillées Mimolette Ou Fromage frais St Môret Fruit Ou Compote et biscuit	Potage fermier (Pdt, poireaux, carottes, chou vert) Tomate persillée et dosette de vinaigrette Ou Salade Camarguaise (riz thaï, haricots rouges, petits pois, vinaigrette) Omelette aux herbes* et Courgettes à la provençale Ou PLAT 2 EN 1- Saucisse fumée supérieure* et dosette de moutarde et Lentilles BIO à la paysanne Edam Ou Fromage blanc et dosette de sucre Gourmandise chocolat Ou Fruit	Potage poireaux / pommes de terre Salade bien-être BIO (pâtes BIO, maïs, courgette, emmental, assaisonnement) Ou Salade aux deux racines BIO (Betteraves et carottes cuites) Beau-filet de colin-lieu pané et citron et Gratin de brocolis BIO Ou PLAT 2 EN 1 – Hachis Parmentier BIO Pont l'Evêque Ou Fromage fondu Six de Savoie Pêche au sirop léger et biscuit Ou Mousse aux marrons	Potage velouté de potimarron Céleri BIO rémoulade Ou Salade de pois chiches (Pois chiche, thon, oignon, coriandre, tomate, vinaigrette, jus de citron) Quiche océane maison Ou Boulettes d'agneau à l'orientale Salade verte et dosette de vinaigrette Ou Semoule BIO Emmental Ou Petits suisses et dosette de sucre Crème dessert praliné Ou Fruit	Potage velouté de butternut Carottes BIO râpées citronnette Ou Noix de jambon fumé* et beurre Bœuf bourguignon Ou Sauté de dinde à la provençale Pâtes BIO fusillis et emmental râpé Ou Epinards au beurre Brie Ou Yaourt velouté et dosette de sucre Paris-Brest Ou Fruit
Lundi 31						
Potage crème de carottes Taboulé à l'orientale BIO (Semoule de blé BIO, tomates, concombre, filet de poulet, raisins sec, poivrons, huile de colza et d'olive, menthe, oignons, épices) Ou Céleri BIO à la vinaigrette Rôti de dinde sauce basquaise Ou Cuisse de poulet au paprika Riz BIO Pilaf Ou Purée de butternut BIO Pont l'évêque Ou Fromage fondu Samos Fruit Ou Riz au lait						