

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.

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
FÉVRIER 2023**

NOM : _____

PRÉNOM : _____

VILLE : _____

DATE RETOUR DU MENU : _____

**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**

		Mercredi 1 ^{er}	Jeudi 2	Vendredi 3	Samedi 4	Dimanche 5
		<p>Potage crème de brocolis</p> <p>Crêpe aux champignons ou Salade Bien-Etre BIO (pâtes BIO, maïs, courgettes, emmental, assaisonnement)</p> <p>Dos de cabillaud aux câpres ou Galette paysanne maison (galette de sarrasin, jambon blanc, emmental, tomate)</p> <p>Riz BIO Pilaf ou Salade verte et dosette vinaigrette</p> <p>Coulommiers ou Petits suisses et dosette de sucre</p> <p>Flan gélifié nappé caramel ou Fruit</p>	<p>Soupe du chalet (PdT, carottes, navets, épinards)</p> <p>Salade d'endives et dosette de vinaigrette ou Salade de riz BIO à l'Indienne (riz thaï, thon, œuf dur, olives noires, câpres, vinaigrette)</p> <p>Omelette* au fromage et Courgettes à la provençale, saucisse fumée) et dosette de moutarde ou PLAT 2 EN 1 - Potée Auvergnate (PdT, carottes, porc)</p> <p>Emmental ou Faisselle et dosette de sucre</p> <p>Crêpe artisanale de la chandeleur et confiture ou Fruit</p>	<p>Potage cultivateur (PdT, carottes, poireaux, navets, céleri)</p> <p>Salade de lentilles BIO aux lardons ou Tomate persillée et dosette de vinaigrette</p> <p>Dos de colin sauce beurre blanc ou Quenelle de volaille sauce forestière</p> <p>Pâtes Macaronis BIO ou Purée de butternut BIO</p> <p>Camembert Ou Fromage Cantadou ail et fines herbes</p> <p>Salade de fruits frais et biscuit ou Petits suisses aux fruits</p>	<p>Potage velouté de butternut</p> <p>Salade de betteraves BIO ou Chou rouge vinaigrette</p> <p>Sauté de veau au citron et olives et haricots verts BIO persillés ou PLAT 2 EN 1 - Chili con carne</p> <p>Tomme de Pyrénées ou Fromage fondu Kiri</p> <p>Fruit ou Compote et biscuit</p>	<p>Potage fermier (PdT, carottes, poireaux, chou vert)</p> <p>Céleri BIO rémoulade ou Salade Dauphinoise BIO (PdT, saucisse de francfort, vinaigrette, oignons frais, cornichons, persil plat frais, sel poivre)</p> <p>Boulettes d'agneau sauce orientale ou Fricassée de poulet à l'ail</p> <p>Semoule BIO ou Navets BIO persillés</p> <p>Bleuet des prairies ou Yaourt nature dosette sucre</p> <p>Tartelette tatin ou Fruit</p>
Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10	Samedi 11	Dimanche 12
<p>Potage carottes à l'orange</p> <p>Chou-fleur à la vinaigrette ou Salade antillaise BIO (riz thaï, carottes, maïs, poivron, ananas, rôti de dinde, raisins, vinaigrette)</p> <p>Omelette* aux oignons et tomates et Ratatouille ou PLAT 2 EN 1 - Cassoulet BIO (haricots blanc BIO, porc)</p> <p>Munster ou Fromage frais Cantafrais</p> <p>Fruit ou Mousse au chocolat</p>	<p>Potage crème de brocolis</p> <p>Segments de pomelos* ou Galantine aux olives et cornichon</p> <p>Bœuf bourguignon ou Beaufilet de colin-lieu pané et citron</p> <p>Pommes de terre BIO vapeur persillées ou Purée d'épinards</p> <p>Carré de l'Est ou Fromage fondu Kiri</p> <p>Yaourt aux fruits ou Compote et biscuit</p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p>Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise ou Carottes BIO râpées à la vinaigrette</p> <p>Cuisse de pintade sauce chasseur et Gratin de chou-fleur BIO ou PLAT 2 EN 1 – Spaghettis BIO à la carbonara et emmental râpé</p> <p>Edam ou Yaourt velouté nature et dos. de sucre</p> <p>Douceur au café ou Fruit</p>	<p>Potage Saint Germain (pois cassés)</p> <p>Taboulé BIO (semoule BIO, tomates, concombre, poivrons, assaisonnement) ou Crevettes* et beurre</p> <p>Blanquette de veau à l'ancienne et Riz BIO Pilaf ou PLAT 2 EN 1 - Saucisse fumée et chou vert, carottes et PdT BIO</p> <p>Fromage laits mélangés (vache & chèvre) ou Fromage blanc et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Compote et biscuit</p>	<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Chou rouge râpé au lard ou Salade fermière BIO (PdT, petits pois, émincé de poulet, pomme, vinaigrette, olives, oignons frais, persil plat, frais, sel, poivre)</p> <p>Cœur de merlu sauce ciboulette ou Steak haché de bœuf sauce poivre</p> <p>Pâtes Fusillis BIO ou Haricots verts persillés</p> <p>Saint Paulin ou Tartare ail et fines herbes</p> <p>Poire cuite sauce chocolat ou Semoule au lait</p>	<p>Soupe du chalet</p> <p>Salade Paimpol BIO (haricots blancs, lardons, échalotes, persil, vinaigrette) ou Macédoine de légumes au thon</p> <p>Paupiette de veau sauce napolitaine et Céleri BIO braisé ou PLAT 2 EN 1 - Choucroute et dosette de moutarde</p> <p>Saint Nectaire ou Faisselle et dosette de sucre</p> <p>Mille-feuilles ou Compote pomme/ abricot maison et biscuit</p>	<p>Potage cultivateur</p> <p>Radis* et beurre ou Quiche au fromage</p> <p>Rôti de porc sauce moutarde et Purée de pommes de terre BIO ou PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone sauce forestière et emmental râpé</p> <p>Brie ou Petits suisses et dosette de sucre</p> <p>Crème dessert au praliné ou Fruit</p>
Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17	Samedi 18	Dimanche 19
<p>Potage crème de brocolis</p> <p>Carottes BIO râpées citronnette ou Salade des îles BIO (Riz, tomates fraîches, soja, maïs, vinaigrette, ananas, riz, oignons frais, sel, poivre)</p> <p>Jambon blanc Label Rouge sauce Madère et Purée de potiron ou PLAT 2 EN 1 – Couscous BIO</p> <p>Emmental ou Fromage frais St Môret</p> <p>Fruit ou Mousse au café</p>	<p>Potage fermier</p> <p>Chou rouge râpé à la vinaigrette ou Salade sicilienne BIO (Pâtes BIO, poivrons rouges et verts, vinaigrette, poulet, oignons frais, basilic, sel)</p> <p>Boudin noir aux oignons ou Quiche chèvre épinards</p> <p>Pomme de terre rissolées aux herbes ou Salade verte et dosette de vinaigrette</p> <p>Cantal ou Yaourt velouté nature dosette de sucre</p> <p>Compote et biscuit ou Fruit</p>	<p>Potage carottes à l'orange</p> <p>Pâté de campagne supérieur* et cornichon ou Céleri râpé à la vinaigrette</p> <p>Dos de cabillaud sauce à l'aneth ou Rôti de dinde sauce basquaise</p> <p>Riz BIO Pilaf ou Julienne de légumes</p> <p>Mimolette ou Petits suisses et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Ananas au sirop léger et biscuit</p>	<p>Potage velouté de butternut</p> <p>Salade Finlandaise BIO (PdT, concombre, pomme, crevettes, mayonnaise) ou Concombre à l'estragon et dosette de vinaigrette</p> <p>Bourguignon de bœuf à la Niçoise ou Omelette oignons / tomate / ciboulette</p> <p>Chou vert braisé ou Pâtes Coquillettes BIO</p> <p>Camembert ou Faisselle et dosette de sucre</p> <p>Eclair au chocolat ou Fruit</p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p>Segments de pomelos ou Lentilles BIO à la vinaigrette</p> <p>Normandin de veau* sauce forestière ou Cœur de merlu sauce dieppoise</p> <p>Polenta crémeuse ou Brocolis</p> <p>Bleuet des prairies ou Yaourt nature et dosette de sucre</p> <p>Riz BIO au lait maison ou Fruit</p>	<p>Potage au céleri</p> <p>Chou blanc râpé aux raisins secs ou Œuf en gelée (œuf, gelée, carottes, carottes, céleri, courgettes, tomates, jambon blanc)</p> <p>Rôti de bœuf sauce marchand de vin et Purée de haricots verts BIO ou PLAT 2 EN 1 – Tartiflette maison (PdT, lardons, reblochon, crème fraîche)</p> <p>Gouda ou Fromage fondu Kiri</p> <p>Fruit ou Compote et biscuit</p>	<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Salade mexicaine (maïs, haricots rouges, poivrons, oignons, olives, assaisonnement) ou Poireaux à la vinaigrette</p> <p>Cuisse de poulet sauce grand-mère ou Colombo de porc</p> <p>Carottes et navets BIO persillés ou Pâtes Macaronis BIO</p> <p>Fromage de chèvre ou Boursin ail et fines herbes</p> <p>Baba au rhum ou Crème renversée</p>
Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Samedi 25	Dimanche 26
<p>Potage fermier</p> <p>Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise ou Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette</p> <p>Rôti de veau sauce crème ou Cuisse de pintade cocotte</p> <p>Petits pois BIO à la Française ou Pommes dauphines</p> <p>Coulommiers Ou Fromage fondu Samos</p> <p>Fruit ou Mousse au chocolat</p>	<p>Soupe du chalet</p> <p>Salade de haricots verts BIO à la vinaigrette Ou Saucisson à l'ail* et cornichon</p> <p>Cœur de merlu sauce basilic et Légumes ensoleillés (haricots verts, courgettes, aubergines, poivrons, oignons) Ou PLAT 2 EN 1 - Hachis Parmentier BIO</p> <p>Pont l'Evêque ou Fromage blanc et dosette de sucre</p> <p>Tarte aux pommes grand-mère ou Fruit</p>	<p>Potage velouté de butternut</p> <p>Salade de riz BIO niçoise (riz, tomate, thon, oignons, olives, poivrons, persil) ou Salade aux deux racines BIO (Carottes et betteraves cuites)</p> <p>Quiche aux oignons maison et Salade de mâche et dosette de vinaigrette ou PLAT 2 EN 1 – Dahl de lentilles corail (lentilles corail, tomates, épinards, lait de coco, curcuma, cumin, citron, coriandre, gingembre)</p> <p>Saint Paulin Ou Faisselle et dosette de sucre</p> <p>Fruit ou Cocktail de fruits au sirop et biscuit</p>	<p>Potage crème de brocolis</p> <p>Radis* et beurre ou Crevettes* et beurre</p> <p>Steak haché de bœuf sauce milanaise (tomate, jambon blanc) ou Omelette* aux herbes</p> <p>Frites au four* Ou Purée de courgettes maison</p> <p>Brie ou Yaourt velouté nature et dosette de sucre</p> <p>Pot de crème vanille maison ou Fruit</p>	<p>Potage cultivateur</p> <p>Salade de tomate et maïs à la vinaigrette ou Salade Vendéenne BIO (Haricots blancs, vinaigrette, poitrine de porc, emmental, oignons frais, persil)</p> <p>Dos de colin lieu sauce ensoleillée ou Merguez* et dosette de ketchup</p> <p>Semoule BIO ou Carottes BIO à la crème</p> <p>Montboissier ou Fromage frais Chanteneige</p> <p>Compote pomme/ poire BIO maison et biscuit ou Crème dessert à la vanille</p>	<p>Potage Saint Germain (pois cassés)</p> <p>Salade landaise BIO (PdT, gésiers de volaille, oignons, persil, vinaigrette) ou Céleri BIO rémoulade</p> <p>Travers de porc sauce miel ou Paupiette de veau sauce forestière</p> <p>Chou-fleur BIO persillé ou Pâtes Fusillis BIO</p> <p>Carré de l'Est Ou Petits suisses et dosette de sucre</p> <p>Paris-Brest ou Fruit</p>	<p>Potage carottes à l'orange</p> <p>Segments de pomelos ou Salade de Naples BIO (pâtes BIO, tomates, courgettes, thon, olives noires, oignons, vinaigrette)</p> <p>Goulash hongrois et Pommes de terre BIO vapeur ou PLAT 2 EN 1 - Endives au jambon Label Rouge</p> <p>Comté ou Fromage frais pavé ½ sel</p> <p>Crème dessert au caramel ou Compote et biscuit</p>
Lundi 27	Mardi 28					
<p>Potage cultivateur</p> <p>Champignons à la grecque ou Quiche Lorraine</p> <p>Tripes à la mode de Caen ou Cuisse de pintade sauce chasseur</p> <p>Purée de pomme de terre ou Epinards au beurre</p> <p>Saint Nectaire ou Fromage frais St Bricet</p> <p>Fruit ou Riz au lait</p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p>Terrine aux deux poissons et mayo ou Salade du soleil BIO (pâtes BIO, carottes, jambon, tomates, oignons, basilic, olives)</p> <p>Bœuf bourguignon ou Croque-monsieur (jambon Label rouge)</p> <p>Pâtes Fusillis BIO ou Salade verte et dosette vinaigrette</p> <p>Fromage de chèvre ou Yaourt nature et dosette de sucre</p> <p>Poire cuite sauce chocolat ou Fruit</p>					