



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

JUIN 2023

NOM : _____

PRÉNOM : _____

VILLE : _____

Tournée n° : _____

Pour des raisons d'organisation, n'hésitez pas à nous retourner vos menus au plus tôt. Merci.

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

			Jeudi 1	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4
			Potage velouté de courgettes Pâté de campagne HVE* et cornichon ou Salade Antillaise BIO (Riz thaï parfumé, carottes fraîches, maïs, vinaigrette, poivron, ananas, rôti de dinde, raisins secs) Normandin de veau sauce forestière ou Courgettes râpées au basilic Purée St Germain maison (pois cassés) ou Haricots beurre persillés Fromage de chèvre ou Faisselle et dosette de sucre Crème dessert praliné ou Ananas au sirop léger et biscuit	Potage crème de céleri Betteraves à la vinaigrette ou Salade Américaine (Tomate et concombre frais, maïs, oignons frais, olives noires) Pané de colin MSC* citron et Pommes de terre BIO vapeur persillées ou PLAT 2 EN 1 – Lasagne au boeuf Carré de l'Est BIO ou Fromage fondu Samos Liégeois au café ou Compote de pomme banane RUP maison et biscuit	Potage mouliné de légumes Quiche Lorraine* ou Salade de Hareng Bio (pomme de terre Bio, Hareng fumé, huile de colza, oignons frais, persil, poivre) Saucisse de Francfort HVE dosette de moutarde et Gratin de chou-fleur BIO ou PLAT 2 EN 1-Tortellinis boscone sauce tomate et emmental râpé Mimolette ou Fromage Cantadou ail et fines herbes BIO Mousse aux marrons ou Fruit	Potage velouté de tomates gingembre Carottes BIO râpées citronette ou Salade aux deux pommes BIO (PdT BIO, pomme fruit, crème, oignons frais, sel, poivre) Fricassé de poulet sauce suprême et cordiale de légumes (carottes, navets, petits pois, salsifis, oignons) Ou PLAT 2 EN 1 – Hachis Parmentier aux pommes de terre BIO Montboissier ou Yaourt velouté nature et dosette de sucre Framboisier ou Fruit
Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Samedi 10	Dimanche 11
Potage cresson Croisillon Dubarry ou Salade des îles Bio (riz bio, tomates fraîches, soja, maïs, vinaigrette, ananas, oignons) Sauté de porc à la crème d'ail ou Omelette aux oignons et à la tomate Purée de pomme de terre BIO ou Epinard à la béchamel Coulommiers ou Yaourt nature BIO et dosette de sucre Fruit ou Pêche au sirop léger et biscuit	Potage cultivateur (PdT, carottes, poireaux, céleri, navet) Concombre à l'estragon et dosette de vinaigrette ou Cervelas* à la vinaigrette Boulettes de bœuf sauce napolitaine ou Dos de colin-lieu MSC sauce poivre vert Semoule BIO ou Brocolis BIO Pont l'Evêque AOP ou Petits suisses BIO et dosette de sucre Eclair au chocolat ou Poire au sirop léger et biscuit	Potage crème de carottes à la coriandre Salade vendéenne Bio et HVE (Haricots blancs Bio, vinaigrette, poitrine de porc HVE, emmental, oignons frais, persil plat frais, ail, sel) ou Courgettes râpées au basilic Filet de poulet sauce normande ou Tête de veau sauce gribiche Haricots verts persillés ou Pommes de terre BIO vapeur persillées Emmental ou Yaourt velouté nature et dosette sucre Compote pomme BIO pruneaux IGP maison et son biscuit ou Fruit	Potage crème de brocolis Salade de riz niçoise BIO (riz BIO, vinaigrette, tomate, thon, maïs, oignons frais, olives noires, poivron) ou Crevettes* et beurre Quiche au thon et à la tomate maison & Salade verte et dosette de vinaigrette ou PLAT 2 EN 1- Spaghettis Bio à la carbonara HVE et emmental râpé (lardons HVE) Fromage laits mélangés (vache et chèvre) ou Fromage fondu Vache qui rit BIO Fruit ou Pot de crème maison à la vanille	Potage velouté de courgettes Melon ou Pâté de canard et cornichon Quenelle de brochet sauce nantua ou Daube de bœuf Riz BIO Pilaf ou Purée Crécy BIO (carottes BIO) Camembert BIO ou Fromage Tartare ail et fines herbes Pruneaux d'Agen IGP au vin et biscuit ou Crème dessert vanille	Potage crème de haricots à la Russe Taboulé BIO ou Salade de betteraves à l'œuf dur Sauté de veau marengo ou Escalope de dindonneau à la viennoise* et son citron Gratin d'épinards ou Pâtes coquillettes Saint Nectaire AOP ou Yaourt nature BIO et dosette de sucre Douceur aux fruits rouges ou Fruit	Potage persil Segments de pomelos* ou Salade bien-être BIO (Pâte BIO, maïs, courgette, mimolette, huile d'olive, vinaigre de vin, ciboulette, cerfeuil) Cuisse de poulet au deux poivres et Pommes noisettes * ou PLAT 2 EN 1 FROID -Jambon blanc Label Rouge et Salade des Caraïbes (Haricots verts, émincé de poulet, ananas, maïs, vinaigrette, poivron rouge) Brie BIO ou Fromage fondu Six de Savoie Crème renversée ou Compote BIO et son biscuit
Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
Potage crème de céleri Pastèque ou Salade piémontaise BIO Saucisse de Toulouse et dosette de ketchup ou Rôti de dinde sauce crème Haricots blancs BIO façon grand-mère ou Poêlée Chinoise (Carottes, courgettes, soja, petits pois, oignons, champignons noirs, mélisse, graines de sésame) Edam ou Yaourt nature BIO et dosette de sucre Semoule au lait maison ou Compote et son biscuit	Gaspacho (soupe froide) Salade de Naples BIO (pâtes BIO, tomate, courgette, thon, olives noires, vinaigrette) ou Œuf dur BIO* entier avec coquille et dosette de mayonnaise Rôti de porc sauce miel ou Quiche chèvre / épinards maison Gratin Dauphinois BIO ou Salade verte et dosette de vinaigrette Tomme des Pyrénées IGP ou Faisselle et dosette de sucre Mirabelles au sirop léger et biscuit ou Liégeois au chocolat	Potage cultivateur Mortadelle* et cornichon ou Tomate persillée et dosette de vinaigrette Filet de colin meunière MSC* et citron ou Fricassée de poulet antillais Purée du soleil maison (carottes, PdT, poivrons) ou Riz BIO Pilaf Mimolette ou Fromage frais St Môret Salade de fruits frais maison et biscuit ou Mousse au café	Potage persil Feuilleté à la volaille et tomate* ou Melon Œufs à la Berrichonne (œufs, lardons, tomates, vin rouge) et Polenta crémeuse ou PLAT 2 EN 1 (FROID) - Rosbif froid sauce moutarde et Macédoine à la mayonnaise Cantal AOP ou Yaourt velouté nature et sucre Clafoutis aux cerises ou Compote pomme Bio maison et son biscuit	Potage mouliné de légumes Salade du Chef (Concombre frais, tomates fraîches, maïs, vinaigrette, sel, menthe) ou Salade de lentilles BIO aux lardons (lentilles BIO, lardons, carottes, oignons) Cœur de merlu MSC sauce ciboulette et Purée de courgettes maison ou PLAT 2 EN 1 - Tajine de veau citron / olives et pommes de terre BIO Brique Bleue ou Fromage Boursin ail et fines herbes Fruit ou Fromage blanc aux fruits	Potage cresson Céleri BIO rémoulade ou Salade méditerranéenne BIO (PdT, tomates fraîches, céleri, poivron, œuf, persil plat frais) Blanquette de dinde ou Sauté de porc HVE au romarin Pâtes Coquillettes BIO ou Salsifis Gouda ou Fromage blanc BIO et dosette de sucre Fruit ou Ile flottante	Potage crème de brocolis Salade de riz rose BIO (riz BIO, betterave, thon, mayonnaise) ou Mousse de foie et cornichon Saucisses chipolatas HVE et Aubergines à la provençale ou PLAT 2 EN 1-Hachis Parmentier aux pommes de terre BIO Munster AOP ou Fromage fondu Six de Savoie Plaisir chocolat ou Mousse aux marrons
Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
Potage crème de carottes à la coriandre Salade de betteraves BIO à la crème ou Crevettes* et beurre Sauté de dinde à la provençale et blettes persillées ou PLAT 2 EN 1 - Jambalaya BIO et HVE (riz BIO, haut de cuisse poulet, saucisse fumée HVE, chorizo, poivrons, tomates, curry) Camembert BIO ou Fromage frais Carré frais Fruit ou Ananas au sirop léger & biscuit	Potage crème de haricots à la Russe Salade brestoise (Pommes de terre locales fraîches, maquereau, moutarde, tomates fraîches, oignons frais, ciboulette, sel, poivre) ou Pastèque Blanquette de veau ou Andouillette* sauce moutarde Gratin de chou-fleur BIO ou Pâtes Macaronis BIO Montboissier ou Fromage blanc BIO et dosette de sucre Eclair au café ou Fruit	Potage velouté de courgettes Salade Di Palermo BIO (pâtes Bio, tomates, mayonnaise, ketchup, surimi, crevette, oignon, basilic) ou Concombre et dosette de vinaigrette Quiche aux oignons maison et Salade verte et dosette de vinaigrette ou PLAT 2 EN 1 - Choucroute de la mer MSC Emmental ou Faisselle et dosette de sucre Fruit ou Pruneaux d'Agen IGP à la cannelle et biscuit	Potage velouté de tomates gingembre Melon ou Salade de riz BIO aux 2 couleurs (Concombre, riz thaï, vinaigrette, huile d'olive, coriandre, curcuma) Steak haché de bœuf sauce marchand de vin ou Escalope de dindonneau à la viennoise et son citron Frites au four* ou Haricots verts BIO persillés Saint Nectaire AOP ou Yaourt velouté et dosette de sucre Flan gélinifié nappé caramel ou Compote pomme poire Bio maison	Potage cresson Courgettes râpées au basilic ou Salami* et cornichon Dos de colin-lieu MSC sauce oseille et Pâtes Fusillis BIO ou PLAT 2 EN 1 (FROID) – Jambon persillé de Bourgogne et Salade Catalane (Tomates, haricots verts, poivrons, œuf, vinaigrette, oignons rouge, câpres, olives noires, ail) Brie BIO ou Fromage Cantadou ail et fines herbes Abricot au sirop léger et son biscuit ou Liégeois à la vanille	Potage crème de céleri Salade de Bresse BIO (PdT, haricots verts, émincé de poulet, maïs, olives noires, assaisonnement) ou Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette Boudin blanc* sauce Porto ou Normandin de veau* sauce forestière Purée Crécy BIO (carottes BIO) ou Riz BIO Pilaf Saint Paulin ou Petits suisses BIO et dosette de sucre Gourmandise passion ou Fruit	Potage cultivateur Radis* et beurre ou Salade créole BIO (riz BIO, poulet, ananas, tomates, raisins secs) Merguez et dosette de ketchup ou Omelette* aux oignons et aux lardons HVE Semoule BIO ou Ratatouille Coulommiers ou Fromage fondu Kiri Liégeois au chocolat ou Compote BIO et son biscuit
Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30		
Potage crème de haricots à la Russe Marinade du soleil (carottes, choux-fleurs, courgettes, poivrons, tomates, olives) ou Tresse au fromage* Cuisse de pintade sauce normande et Navets et carottes persillés ou PLAT 2 EN 1 FROID - Rôti de porc HVE ½ sel froid et Lentilles BIO à la vinaigrette Mimolette ou Fromage frais St Bricet Fruit ou Riz BIO au lait maison	Potage mouliné de légumes Carottes BIO râpée à l'orange ou Salade mexicaine (maïs, poivron, haricots rouges, oignons, olives noires, vinaigrette) Quiche Lorraine aux lardons HVE maison et Salade verte ou PLAT 2 EN 1 – Chili con carné (vbf) Pont l'Evêque AOP ou Petits suisses BIO et dosette de sucre Yaourt aux fruits ou Fruit	Potage velouté de courgettes au curry Rillettes pur porc* et cornichon ou Tomates et maïs et dosette vinaigrette Cœur de merlu MSC sauce beurre blanc et Brocolis BIO ou PLAT 2 EN 1 – Spaghettis BIO végétariens (spaghettis Bio, julienne de carotte, de courgettes, champignon de Paris, béchamel, bleu) Camembert BIO ou Faisselle et dosette de sucre Fruit ou Pêche au sirop léger et biscuit	Potage velouté Dubarry (chou-fleur) Taboulé BIO à l'orientale (semoule de blé BIO, tomates fraîches, concombre, filet de poulet, raisins sec, poivrons, huile de colza, d'olive, menthe, oignons, curcuma, paprika, raz el hanout) ou Melon Omelette aux oignons et à la tomate ou Tomates farcies Petits pois à la Française ou Riz BIO pilaf Gouda ou Fromage fondu Vache qui rit BIO Tartelette fruits rouges crumble ou Crème renversée	Potage persil Salade Paimpol BIO et HVE (Haricots blancs BIO, échalotes, lardons, vinaigrette, persil) ou Feuilleté au fromage Langue de bœuf et sa sauce piquante ou Dos de cabillaud MSC sauce nantua Purée de pomme de terre Bio ou Poêlée bouquet de légumes (carottes, haricots mange tout, chou-fleur, tomates, oignons, poivrons) Tomme des Pyrénées IGP ou Yaourt velouté et dosette de sucre Poire cuite sauce chocolat ou Crème dessert praliné		