

## 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 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

## NOVEMBRE 2023

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

Jour de livraison :	Repas livrés :
Mardi 31/10	Mardi 31/10 Mercredi 01/11
Vendredi 10/11	Vendredi 10/11 Samedi 11/11 Dimanche 12/11

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

PRÉNOM : \_\_\_\_\_

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

TOURNEE N° : \_\_\_\_\_

**Pour des raisons d'organisation, merci de nous retourner vos menus au plus tôt. En cas de non retour avant le 15 du mois précédent, le 1<sup>er</sup> choix sera validé automatiquement.**

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>VENREDI</b>	<b>Jeudi et Vendredi</b>

### 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.



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

		Mercredi 1er	Jeudi 2	Vendredi 3	Samedi 4	Dimanche 5
		<p>Potage crème de brocolis</p> <p>Salade frisée aux raisins secs et Brique Bleue et dosette de vinaigrette</p> <p>Longe de porc aux châtaignes et aux abricots</p> <p>Tagliatelles au beurre</p> <p>Montboissier</p> <p>Tartelette Tatin</p>	<p>Potage cresson</p> <p>Avocat et dosette de mayonnaise</p> <p>ou <b>Salade chinoise BIO</b> (Soja, carottes fraîches, vinaigrette, riz thaï parfumé, surimi, miel de fleurs, coriandre, sel, ail, poivre)</p> <p>Tarte méditerranéenne (ratatouille, emmental, crème, œuf)</p> <p>ou <b>Saucisse fumée supérieure</b> et dosette de moutarde</p> <p>Salade de mâche et dosette de vinaigrette</p> <p>ou <b>Purée Saint-Germain</b> (pois cassés)</p> <p>Gouda</p> <p>ou <b>Fromage fondu Samos</b></p> <p>Salade de fruits frais exotiques et biscuit</p> <p>ou <b>Fromage blanc fruité</b></p>	<p>Potage velouté butternut</p> <p>Salade de tomates et maïs à la vinaigrette</p> <p>ou <b>Salade de lentilles BIO à la vinaigrette</b></p> <p>Cœur de merlu sauce ciboulette</p> <p>ou <b>Steak haché sauce poivre</b></p> <p>Pâtes BIO fusillis</p> <p>ou <b>Navets persillés</b></p> <p>Saint Nectaire</p> <p>ou <b>Fromage frais Cantafrais</b></p> <p>Pot de Crème maison au Café</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage fermier (Pommes de terre, carottes, poireaux, chou vert)</p> <p>Salade de pommes de terre BIO à la Dijonnaise (PdT, haricots verts, carottes, tomates, œuf, assaisonnement)</p> <p>ou <b>Champignons à la grecque</b></p> <p>Filet de poulet sauce mexicaine</p> <p>ou <b>Œufs à la Berrichonne</b> (lardons, tomates, vin rouge)</p> <p>Courgettes sautées à l'ail</p> <p>ou <b>Polenta crémeuse</b></p> <p>Emmental</p> <p>ou <b>Fromage fondu Six de Savoie</b></p> <p>Moelleux au chocolat</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage poireaux / pommes de terre</p> <p>Asperges à la vinaigrette</p> <p>ou <b>Salade de Naples BIO</b> (pâtes, thon, courgettes, tomates, olives noires, vinaigrette)</p> <p>Escalope de dindonneau à la viennoise et son citron &amp; Haricots verts persillés</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 – Lasagne de bœuf</b></p> <p>Bleuet des prairies</p> <p>ou <b>Fromage frais Carré frais</b></p> <p>Fruit</p> <p>ou <b>Abricots au sirop léger et biscuit</b></p>
Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10	Samedi 11	Dimanche 12
<p>Soupe du chalet (Pdt, carottes, navets, épinards)</p> <p>Salade californienne BIO (Riz thaï parfumé, tomates fraîches, concombre frais, vinaigrette, ananas, maïs, olive noire, oignons)</p> <p>ou <b>Radis et beurre</b></p> <p>Cuisse de poulet au paprika</p> <p>ou <b>Omelette* aux lardons et oignons</b></p> <p>Purée de Butternut BIO</p> <p>ou <b>Haricots blancs façon grand mère</b></p> <p>Pont l'Evêque AOP</p> <p>ou <b>Fromage fondu Samos</b></p> <p>Compote de pommes Bio /Pruneaux IGP maison &amp; biscuit</p> <p>ou <b>Riz au lait</b></p>	<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Céleri BIO rémoulade</p> <p>ou <b>Salade aux deux pommes BIO</b> (PdT, pomme fruit, crème, oignons frais, sel, poivre)</p> <p>Sauté de porc au romarin</p> <p>ou <b>Pané de colin MSC et citron</b></p> <p>Riz BIO Pilaf</p> <p>ou <b>Carottes BIO Vichy</b></p> <p>Camembert BIO</p> <p>ou <b>Fromage frais St Môret BIO</b></p> <p>Pruneaux d'Agen à la cannelle et biscuit</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage crème de carottes</p> <p>Concombre et dosette de vinaigrette</p> <p>ou <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise</p> <p>Chipolatas HVE et dosette de Ketchup</p> <p>ou <b>Quiche aux trois fromages maison</b> (Cantal, Bûche des Dômes, emmental)</p> <p>Frites au four*</p> <p>ou <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette</p> <p>Montboissier</p> <p>ou <b>Fromage fondu Kiri</b></p> <p>Liégeois à la vanille</p> <p>ou <b>Compote BIO &amp; biscuit</b></p>	<p>Potage mouliné aux légumes BIO</p> <p>Potage mouliné aux légumes BIO</p> <p>Ou <b>Salade du chef</b> (concombre, tomates, maïs, vinaigrette, sel, menthe)</p> <p>Jambon blanc sauce madère et Julienne de Légumes (Carottes, Céleri, Courgettes)</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 : Dahl de lentilles corail</b> (lentilles corail, tomates, épinards, lait de coco, curcuma, citron, épices)</p> <p>Coulommiers</p> <p>ou <b>Fromage Cantadou ail/fines herbes</b></p> <p>Tartelette fruits rouges Crumble</p> <p>ou <b>Yaourt aux fruits</b></p>	<p>Potage velouté Dubarry (chou-fleur)</p> <p>Feuilleté à la saucisse de volaille et sauce tomate*</p> <p>ou <b>Poireaux à la vinaigrette</b></p> <p>Cœur de merlu aux câpres et Chou fleur BIO persillé</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 – Spaghettis BIO à la bolognaise maison</b> et fromage râpé</p> <p>Mimolette</p> <p>ou <b>Fromage fondu Vache qui rit BIO</b></p> <p>Mousse aux marrons</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage de céleri</p> <p>Terrine de sanglier et cornichon</p> <p>Rôti de bœuf sauce cognac</p> <p>Pommes Dauphine</p> <p>Comté AOP</p> <p>Opéra</p>	<p>Potage cresson</p> <p>Salade Coleslaw BIO (carottes et chou blanc râpé à la mayonnaise)</p> <p>ou <b>Salade Vendéenne BIO</b> (haricots blancs, poitrine de porc, emmental, vinaigrette)</p> <p>Boulettes d'agneau au curry</p> <p>ou <b>Escalope de dindonneau à la viennoise*</b> et citron</p> <p>Semoule BIO</p> <p>ou <b>Purée de courgettes maison</b></p> <p>Brique Bleue</p> <p>ou <b>Fromage frais pavé ½ sel</b></p> <p>Compote BIO &amp; biscuit</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>
Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17	Samedi 18	Dimanche 19
<p>Potage velouté butternut</p> <p>Salade vosgienne BIO (pommes de terre BIO, cervelas, vinaigrette, oignons, persil, sel, poivre)</p> <p>ou <b>Salade de betteraves BIO à la crème</b></p> <p>Omelette aux herbes et ratatouille</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 : Cuisse de pintade à l'alsacienne</b> (choucroute, pomme fruit cuit)</p> <p>Munster AOP</p> <p>ou <b>Fromage tartare</b> ail et fines herbes</p> <p>Fruit</p> <p>ou <b>Mousse au café</b></p>	<p>Soupe du chalet</p> <p>Segments de pomelos*</p> <p>Ou <b>Pâté de foie* et cornichon</b></p> <p>Langue de bœuf sauce piquante</p> <p>ou <b>Pané de Colin MSC et citron</b></p> <p>Pâtes BIO coquillettes</p> <p>ou <b>Fondue de poireaux</b></p> <p>Pont l'Evêque AOP</p> <p>ou <b>Fromage frais Cantafrais</b></p> <p>Semoule BIO au lait maison</p> <p>ou <b>Compote BIO &amp; son biscuit</b></p>	<p>Potage poireaux / pommes de terre</p> <p>Salade de pâtes à l'Indienne BIO (Pâtes risone Bio, filet de poulet, carottes, tomates fraîches, coriandre, frais, oignons rouge frais, olives noire, huile olive, curry, curcuma, vinaigrette, sel, poivre)</p> <p>ou <b>Tomate persillée</b> et dosette de vinaigrette</p> <p>Blanquette de dinde</p> <p>ou <b>Saucisse de Toulouse HVE &amp; dosette de moutarde</b></p> <p>Petits pois BIO à la Française</p> <p>ou <b>Lentilles BIO à la paysanne</b></p> <p>Edam</p> <p>ou <b>Fromage Fondu Kiri</b></p> <p>Tarte Bourdaloue</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage fermier BIO</p> <p>Potage fermier BIO</p> <p>Ou <b>Salade Coleslaw BIO</b> (carottes et chou blanc râpé à la mayonnaise)</p> <p>Quiche jambon emmental moutarde</p> <p>ou <b>Fricassée de poulet à l'ail</b></p> <p>Salade de mâche et dosette de vinaigrette</p> <p>ou <b>Semoule BIO</b></p> <p>Fromage laits mélangés (vache &amp; chèvre)</p> <p>ou <b>Fromage frais Cantadou</b></p> <p>Fruit</p> <p>ou <b>Ananas au sirop léger et biscuit</b></p>	<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Chou rouge à la vinaigrette</p> <p>ou <b>Salade de lentilles BIO aux lardons</b></p> <p>Steak haché sauce marchand de vin et endives braisées</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 : Brandade de poisson MSC aux pommes de terre BIO</b></p> <p>Saint Paulin</p> <p>ou <b>Fromage fondu Vache qui rit BIO</b></p> <p>Pruneaux d'Agen au thé et biscuit</p> <p>ou <b>Crème renversée</b></p>	<p>Potage crème de carottes</p> <p>Salade de riz BIO aux 2 couleurs (Concombre frais, riz thaï parfume, vinaigrette, huile d'olive, coriandre, sel, poivre, curcuma)</p> <p>ou <b>Salade de haricots verts BIO et œuf dur</b></p> <p>Normandin de veau sauce forestière</p> <p>ou <b>Merguez</b> et dosette de ketchup</p> <p>Purée de céleri BIO</p> <p>ou <b>Pommes rissolées aux herbes</b></p> <p>Saint Nectaire AOP</p> <p>ou <b>Fromage frais Carré frais</b></p> <p>Baba au rhum Ou <b>Fruit</b></p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p>Avocat et dosette de vinaigrette</p> <p>ou <b>Salade Gourmande aux gésiers de volaille</b> (PdT, gésiers de volaille, oignons, persil, vinaigrette)</p> <p>Jambon blanc Label Rouge et Choux de Bruxelles HVE à la paysanne (Lardons)</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 : Chili con carne</b></p> <p>Brie BIO</p> <p>ou <b>Fromage fondu Six de Savoie</b></p> <p>Crème dessert au chocolat</p> <p>ou <b>Compote maison Pommes BIO/Abricots &amp; biscuit</b></p>
Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Samedi 25	Dimanche 26
<p>Potage velouté Dubarry (chou-fleur)</p> <p>Salade Flamande BIO (chou blanc, pdt BIO, mayo, filet de hareng mariné, cornichons, oignons, crème, vinaigre de vin, assaisonnements)</p> <p>ou <b>Champignons à la grecque</b></p> <p>Boudin noir et sa compote de pommes et jardinière de légumes</p> <p>ou <b>PLAT VEGETARIEN : Spaghettis BIO végété'</b> (spaghettis BIO, julienne de carotte et courgette, champignons de paris, béchamel, bleu)</p> <p>Emmental</p> <p>ou <b>Fromage frais Saint Môret BIO</b></p> <p>Fruit ou <b>Crème dessert à la vanille</b></p>	<p>Potage cresson</p> <p>Salade Camarguaise BIO (riz thaï, haricots rouges, petits pois, oignons, vinaigrette)</p> <p>ou <b>Crevettes* et beurre</b></p> <p>Quiche chèvre / épinards maison et Salade verte et dosette de vinaigrette</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 – Petit salé aux lentilles BIO</b></p> <p>Camembert BIO</p> <p>ou <b>Fromage fondu Samos</b></p> <p>Poire cuite sauce chocolat</p> <p>ou <b>Riz au lait</b></p>	<p>Potage velouté de potimarron BIO</p> <p>Potage velouté de potimarron BIO</p> <p>ou <b>Carottes râpées BIO à la vinaigrette</b></p> <p>Cuisse de poulet sauce basquaise</p> <p>ou <b>Quenelles de volaille sauce Curry</b></p> <p>Gratin de brocolis</p> <p>ou <b>Riz BIO Pilaf</b></p> <p>Mimolette</p> <p>ou <b>Fromage frais pavé ½ sel</b></p> <p>Fruit ou <b>Compote maison Pommes BIO/Bananes RUP &amp; biscuit</b></p>	<p>Soupe du chalet</p> <p>Pâté en croûte* et cornichon</p> <p>ou <b>Concombre à l'estragon</b> et dosette de vinaigrette</p> <p>Carbonade Flamande</p> <p>ou <b>Omelette* oignons/ tomate</b></p> <p>Purée Crécy BIO (Carottes)</p> <p>ou <b>Pâtes Macaronis BIO</b></p> <p>Brie BIO</p> <p>ou <b>Fromage fondu Six de Savoie</b></p> <p>Tarte aux pommes grand-mère</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage crème de carottes</p> <p>Chou blanc râpé à l'ananas</p> <p>ou <b>Salade de pois chiche</b> (pois chiche, thon, raisin sec, oignon rouge, olive, coriandre, curcuma, paprika)</p> <p>Dos de colin-lieu sauce ensoleillée</p> <p>ou <b>Sauté de veau marengo</b></p> <p>Gratin dauphinois BIO</p> <p>ou <b>Haricots verts BIO persillés</b></p> <p>Brique Bleue</p> <p>Ou <b>Fromage frais St Bricet</b></p> <p>Yaourt aux fruits</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage velouté butternut</p> <p>Céleri BIO rémoulade</p> <p>ou <b>Salade de Pennes BIO à la Romana</b> (Pennes Bio, jambon blanc, courgettes, tomates fraîches, vinaigrette, olives noire, emmental, basilic)</p> <p>Rôti de bœuf sauce poivre et Chou-fleur BIO persillé</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 – Capelletti 5 fromages</b> (pâtes fraîches, ricotta, peccorip, fontina, provolone, fromage râpé) sauce tomate basilic</p> <p>Gouda ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Compote BIO et biscuit</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage fermier</p> <p>Taboulé BIO</p> <p>ou <b>Macédoine à la mayonnaise</b></p> <p>Sauté de porc à la crème à la crème d'ail et Légumes ensoleillés (haricots verts, courgettes, aubergines, poivrons, oignons)</p> <p>ou <b>PLAT 2 EN 1 – Hachis Parmentier de bœuf aux pommes de terre BIO</b></p> <p>Tomme des Pyrénées IGP</p> <p>ou <b>Fromage Boursin</b> ail et fines herbes</p> <p>Flan pâtissier</p> <p>ou <b>Mousse au chocolat</b></p>
Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30			
<p>Potage velouté de potimarron</p> <p>Salade de Naples BIO (Pâtes BIO, tomates, courgette, thon, cerfeuil, oignons, olive noire, vinaigrette, curcuma, sel, poivre)</p> <p>ou <b>Carottes BIO râpées aux câpres</b></p> <p>Normandin de veau sauce forestière</p> <p>ou <b>Rôti de porc sauce pruneaux</b></p> <p>Choux de Bruxelles</p> <p>ou <b>Polenta crémeuse</b></p> <p>Coulommiers</p> <p>ou <b>Fromage frais pavé ½ sel</b></p> <p>Compote Bio et biscuit</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage poireaux / pommes de terre</p> <p>Macédoine à la vinaigrette</p> <p>ou <b>Saucisson sec* et cornichon</b></p> <p><b>PLAT 2 EN 1 – Couscous BIO</b></p> <p>ou <b>Pané de colin sauce citron et mousseline d'épinards maison</b></p> <p>Montboissier</p> <p>ou <b>Fromage fondu Vache qui rit BIO</b></p> <p>Fruit</p> <p>ou <b>Flan gélifié nappé caramel</b></p>	<p>Potage de céleri</p> <p>Salade de lentilles BIO aux lardons</p> <p>ou <b>Chou rouge à la vinaigrette</b></p> <p>Quiche aux 3 fromages (cantal, brique bleue, emmental)</p> <p>ou <b>Colombo de dinde</b></p> <p>Salade de mâche et dosette de vinaigrette</p> <p>ou <b>Riz BIO pilaf au curcuma</b></p> <p>Saint Paulin</p> <p>ou <b>Fromage frais Carré frais</b></p> <p>Crème dessert praliné</p> <p>ou <b>Fruit</b></p>	<p>Potage Cresson</p> <p>Céleri BIO rémoulade</p> <p>ou <b>Feuilleté à la saucisse de volaille</b> et sauce tomate</p> <p>Steak haché sauce poivre</p> <p>ou <b>Saucisse de Toulouse &amp; confit d'oignons</b></p> <p>Frites au four</p> <p>ou <b>Chou vert, carottes BIO et pommes de terre BIO braisés</b></p> <p>Brie BIO ou <b>Fromage fondu Samos</b></p> <p>Douceur au chocolat</p> <p>ou <b>Compote de Pommes Bio/Poires Bio &amp; biscuit</b></p>			