

## 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 2023

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.**

\* 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>Judi et Vendredi</b>

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



				Vendredi 1	Samedi 2	Dimanche 3
				<b>Potage crème de haricots à la Russe</b> <b>Concombre</b> et dosette de vinaigrette Ou <b>Salade méditerranéenne BIO</b> (PdT, tomates, céleri, poivron, œuf, vinaigrette, persil) <b>Calamars à l'espagnole</b> Ou <b>Escalope de porc sauce charcutière</b> <b>Riz BIO Pilaf</b> ou <b>Ratatouille</b> <b>Saint Paulin</b> Ou <b>Tartare ail et fines herbes</b> <b>Fruit</b> Ou <b>Mousse aux marrons</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Salade de pâtes BIO à l'Indienne</b> (Pâtes BIO, filet de poulet, carottes, tomates, coriandre, oignons rouge, olive noire ...) OU <b>Salade betteraves BIO à l'œuf dur</b> <b>Sauté de veau sauce Marengo</b> ou <b>Boulettes de bœuf sauce napolitaine</b> <b>Navets et carottes BIO persillés</b> ou <b>Semoule BIO</b> <b>Bûchette laits mélangés</b> (lait vache&chèvre) OU <b>Petits suisses BIO</b> et dosette de sucre <b>Framboisier</b> Ou <b>Fruit</b>	<b>Potage velouté de courgettes au curry</b> <b>Segments de pomelos*</b> ou <b>Salade chinoise</b> (soja, carottes, riz thaï, surimi, miel, vinaigrette) <b>Filet de poulet sauce estragon</b> ou <b>Sauté de porc HVE au romarin</b> <b>Pommes de terre rissolées aux herbes*</b> ou <b>Gratin de brocolis BIO maison</b> <b>Brie BIO</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Liégeois à la vanille</b> Ou <b>Fruit</b>
Lundi 4	Mardi 5	Mercredi 6	Jeudi 7	Vendredi 8	Samedi 9	Dimanche 10
<b>Potage velouté Dubarry</b> <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> <b>Quenelle de volaille sauce ciboulette et Riz BIO Pilaf</b> <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) - Jambon persillé de Bourgogne et sa Macédoine à la russe</b> <b>Munster</b> Ou <b>Fromage frais St Môret BIO</b> <b>Fruit</b> Ou <b>Liégeois au café</b>	<b>Potage Provençal</b> <b>Avocat</b> et dosette de vinaigrette Ou <b>Taboulé BIO</b> <b>Tête de veau sauce gribiche</b> Ou <b>Galette paysanne maison</b> (jambon blanc, emmental, tomates, oignons) <b>Pommes de terre BIO vapeur persillées</b> Ou <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette <b>Camembert</b> Ou <b>Yaourt velouté</b> et dosette de sucre <b>Compote BIO et biscuit</b> Ou <b>Fruit</b>	<b>Potage crème de haricots à la Russe</b> <b>Saucisson sec* et cornichon</b> Ou <b>Tomate persillée</b> et dosette vinaigrette <b>Rosbif froid sauce béarnaise</b> Ou <b>Sauté de porc HVE au romarin</b> <b>Gratin de courgettes</b> Ou <b>Polenta crémeuse</b> <b>Cantal</b> Ou <b>Petits suisses BIO</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> Ou <b>Pruneaux d'Agen au vin et biscuit</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Feuilleté de saucisse de volaille et sauce tomate</b> Ou <b>Melon</b> <b>Cœur de merlu sauce Noilly</b> <b>Purée du soleil BIO</b> <b>PLAT VEGETARIEN</b> Omelette au fromage <b>Purée de pomme de terre Bio</b> <b>Gouda</b> Ou <b>Fromage fondu Kiri</b> <b>Clafoutis aux cerises</b> Ou <b>crème dessert à la vanille</b>	<b>Soupe froide gaspacho</b> <b>Salade Catalane</b> (Tomates, haricots verts, poivrons, œuf, vinaigrette...) Ou <b>Salade de Bresse BIO</b> (PdT, haricots verts, émincé de poulet, maïs, vinaigrette) <b>Chipolatas et son confit d'oignons</b> Ou <b>Cuisse de pintade sauce normande</b> <b>Pâtes Fusillis BIO</b> Ou <b>Aubergines à la provençale</b> <b>Tommes des Pyrénées</b> Ou <b>Yaourt nature BIO</b> et dosette de sucre <b>Mousse au chocolat</b> Ou <b>Compote pomme BIO maison et biscuit</b>	<b>Potage persil</b> <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) <b>Cuisse de pintade sauce normande</b> Ou <b>Filet de colin meunière et son citron</b> <b>Pomme de terre rissolées aux herbes</b> Ou <b>Carottes Vichy BIO</b> <b>Mimolette</b> Ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> Ou <b>Compote BIO et biscuit</b>	<b>Potage velouté tomates / basilic</b> <b>Lentilles BIO à la vinaigrette</b> Ou <b>Terrine aux 3 légumes*</b> et mayonnaise <b>Filet de poulet sauce provençale et Poêlée bouquet de légumes</b> (carottes, haricots mange-tout, chou-fleur, tomates, oignon, poivrons) <b>PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone*</b> <b>sauce tomate et emmental râpé</b> <b>Edam</b> Ou <b>Boursin ail et fines herbes</b> <b>Mille-feuilles</b> Ou <b>Flan gélifié nappé caramel</b>
Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15	Samedi 16	Dimanche 17
<b>Potage crème de haricots à la Russe</b> <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise Ou <b>Melon</b> <b>Blanquette de veau</b> Ou <b>Saucisse de Toulouse* et son confit d'oignons</b> <b>Brocolis BIO</b> Ou <b>Riz BIO Pilaf</b> <b>Carré de l'Est</b> Ou <b>Fromage frais Pavé ½ sel</b> <b>Fruit</b> ou <b>Fromage blanc fruité</b>	<b>Potage velouté de courgettes au curry</b> <b>Carottes BIO râpées à la vinaigrette</b> Ou <b>Fromage de tête persillé*-vinaigrette</b> <b>Dos de colin-lieu sauce armoricaine au Cognac et Epinards au beurre</b> Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Couscous BIO</b> <b>Bleuet des prairies</b> Ou <b>Fromage fondu Vache qui rit</b> <b>Charlotte aux poires</b> Ou <b>Liégeois au chocolat</b>	<b>Potage velouté Dubarry</b> <b>Salade piémontaise BIO</b> ou <b>Asperges à la vinaigrette</b> <b>Quiche au thon et à la tomate maison et salade verte</b> <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...) <b>Emmental</b> Ou <b>fromage blanc</b> et dosette de sucre <b>Fruit</b> ou <b>Compote BIO et biscuit</b>	<b>Potage velouté tomates / basilic</b> <b>Pastèque</b> Ou <b>Terrine aux 3 poissons*</b> et dosette de mayonnaise <b>Steak haché de bœuf sauce poivre et Frites au four*</b> Ou <b>PLAT 2 EN 1 – Moussaka macédonienne au porc</b> <b>Fromage de chèvre</b> Ou <b>Yaourt velouté</b> et sucre <b>Pot de crème maison à la vanille</b> Ou <b>Fruit</b>	<b>Potage persil</b> <b>Céleri BIO rémoulade</b> Ou <b>Taboulé BIO au thon</b> <b>Cœur de merlu sauce beurre blanc</b> Ou <b>Fricassée de poulet sauce normande</b> <b>Riz BIO Pilaf</b> Ou <b>Jardinière de légumes</b> <b>Brie</b> Ou <b>Fromage Cantadou</b> ail et fines herbes <b>Cocktail de fruits au sirop léger et biscuit</b> Ou <b>Mousse au café</b>	<b>Potage Crécy</b> <b>Salade Mexicaine</b> (maïs, poivrons, haricots rouges, olives, oignons, vinaigrette) Ou <b>Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette</b> <b>Escalope de porc sauce barbecue</b> Ou <b>Normandin de veau* sauce forestière</b> <b>Purée de céleri BIO maison</b> Ou <b>Macaronis BIO</b> <b>Saint Paulin</b> Ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Tartelette au chocolat</b> Ou <b>Fruit</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Segments de pomelos*</b> Ou <b>Salade Sicilienne BIO</b> (pâtes BIO, poulet, poivrons, oignons, vinaigrette) <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) <b>Coulommiers</b> Ou <b>Yaourt nature</b> et dosette de sucre <b>Crème renversée</b> Ou <b>Compote BIO et biscuit</b>
Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22	Samedi 23	Dimanche 24
<b>Potage Provençal</b> <b>Carottes BIO à la Marocaine</b> ou <b>Quiche au fromage*</b> <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 <b>ses lentilles BIO à la paysanne</b> <b>Saint Nectaire</b> ou <b>Fromage frais St Bricet</b> <b>Fruit</b> ou <b>Compote pomme maison et biscuit</b>	<b>Potage velouté Dubarry</b> (chou-fleur) <b>Melon</b> ou <b>Salade de rollmops aux 2 pommes BIO</b> <b>Colombo de dinde</b> ou <b>Croque-monsieur maison</b> <b>Riz BIO Pilaf</b> ou <b>Salade verte</b> et dosette de vinaigrette <b>Pont l'Evêque</b> ou <b>Petits suisses BIO</b> et dosette de sucre <b>Salade de fruits frais exotiques et biscuit</b> ou <b>Yaourt aux fruits</b>	<b>Soupe froide gaspacho</b> <b>Taboulé BIO à l'orientale BIO</b> (semoule BIO, tomates, poivrons concombre, filet de poulet, raisins secs) ou <b>Terrine aux 2 poissons* et citron</b> <b>Beaufilet de colin-lieu pané* et citron</b> <b>Ratatouille</b> Ou <b>PLAT 2 EN 1 – LASAGNE DE BŒUF</b> <b>Camembert</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Compote BIO et son biscuit</b> Ou <b>Fruit</b>	<b>Potage velouté de courgettes au curry</b> <b>Noix de jambon fumé et son beurre</b> Ou <b>Avocat</b> et dosette de mayonnaise <b>PLAT VEGETARIEN 2 EN 1 – Cappelletti 5 fromages</b> (pâtes fraîches, ricotte, peccorinp, fontina, provolone, fromage râpé) <b>sauce basilic</b> <b>Sauté de porc au curry et Salsifis</b> <b>Gouda</b> ou <b>Yaourt nature BIO et dosette de sucre</b> <b>Eclair au café</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage mouliné de légumes</b> <b>Tomate persillée</b> et dosette de vinaigrette OU <b>Pasta à la Grecque BIO</b> (pâtes, concombre, jambon blanc, feta, assaisonnement) <b>Quenelle de brochet sauce Nantua et Carottes Vichy BIO</b> <b>PLAT 2 EN 1- Rosbif froid</b> dosette moutarde et <b>Salade de pommes de terre à la dijonnaise BIO</b> (pdT, carottes, tomate, persil, œuf dur) <b>Bleuet des prairies</b> ou <b>Fromage fondu vache qui rit</b> <b>Pruneaux d'Agen au thé et biscuit</b> ou <b>Mousse aux marrons</b>	<b>Potage velouté tomates / basilic</b> <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> ou <b>Radis* et beurre</b> <b>Rôti de porc sauce moutarde et Purée de chou-fleur maison BIO</b> <b>PLAT 2 EN 1–Dhal de Lentilles corail</b> <b>Edam</b> ou <b>Fromage blanc &amp; dos. de sucre</b> <b>Liégeois au chocolat</b> ou <b>Ananas au sirop léger et biscuit</b>	<b>Potage crème de haricots à la Russe</b> <b>Salade de riz BIO à l'Indienne</b> (riz thaï, thon, œuf dur, olives, assaisonnement) <b>Marinade du soleil</b> <b>Cuisse de pintade sauce chasseur</b> Ou <b>Daube de bœuf</b> <b>Courgettes BIO sautées à l'ail</b> ou <b>Fusillis BIO</b> <b>Cantal</b> ou <b>Fromage tartare ail et fines herbes</b> <b>Flan pâtissier</b> Ou <b>Compote pomme BIO banane maison et biscuit</b>
Lundi 25	Mardi 26	Mercredi 27	Jeudi 28	Vendredi 29	Samedi 30	
<b>Potage persil</b> <b>Segments de pomelos*</b> ou <b>Pâté en croûte* et cornichon</b> <b>Paupiette de veau sauce forestière et Polenta crémeuse</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 (REPAS FROID) Cœur de merlu froid</b> et dosette de mayonnaise et <b>Salade Catalane</b> (Tomates fraîches, haricots verts, poivrons, œuf, vinaigrette...) <b>Mimolette</b> ou <b>Fromage blanc BIO</b> et dosette de sucre <b>Compote BIO et biscuit</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage Crécy</b> (carottes) <b>Salade Gourmande</b> (haricots verts, flageolets...) ou <b>Salade betteraves BIO vinaigrette</b> <b>Quiche au jambon moutarde emmental maison</b> ou <b>Cuisse de pintade cocotte</b> <b>Salade verte et dosette de vinaigrette</b> ou <b>Pâtes Pennes BIO</b> <b>Bleuets des prairies</b> ou <b>Boursin ail et fines herbes</b> <b>Fruit</b> ou <b>Semoule BIO au lait maison</b>	<b>Velouté de courgettes au curry</b> <b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise ou <b>Pastèque</b> <b>Boudin blanc* sauce Porto</b> ou <b>Rôti de bœuf</b> sauce marchand de vin <b>Haricots verts maison persillés</b> ou <b>Purée de pomme de terre BIO</b> <b>Coulommiers</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre <b>Tartelette aux myrtilles</b> ou <b>Compote pomme Bio poire Bio et biscuit</b>	<b>Potage velouté de potimarron</b> <b>Concombre bulgare</b> ou <b>Tresse au fromage</b> <b>Gigot d'agneau rôti froid</b> et moutarde ou <b>Sauté de porc au curry</b> <b>Pâtes BIO à la tomate</b> et emmental râpé ou <b>Salsifis</b> <b>Saint Paulin</b> ou <b>Fromage blanc BIO et dosette de sucre</b> <b>Fruit</b> ou <b>Mirabelles au sirop léger</b>	<b>Potage cresson</b> <b>Carottes BIO râpées à l'orange</b> ou <b>Salade créole BIO</b> (riz, poulet, ananas, tomate, raisins secs) <b>Steak haché sauce échalotes et Aubergines à la provençale</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Choucroute de la mer</b> <b>Carré BIO</b> ou <b>Fromage fondu Vache qui rit BIO</b> <b>Crème dessert au caramel</b> ou <b>Fruit</b>	<b>Potage Cresson</b> <b>Salade Bien-être BIO</b> ou <b>Macédoine à la Russe</b> <b>Sauté de poulet à l'ail et petits pois BIO à la française</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Feijoada</b> (Sauté de porc, haricots rouges...) <b>Emmental</b> ou <b>Fromage frais Pavé ½</b> <b>Douceur chocolat</b> ou <b>Fruit</b>	