

## 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.

### 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 dinde 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 2024

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

PRÉNOM : \_\_\_\_\_

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

DATE RETOUR DU MENU : \_\_\_\_\_

**MERCI DE RETOURNER VOS CHOIX  
AVANT LE 1<sup>er</sup> 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-
<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>

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



Jeudi 1	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4
<p><b>Soupe du chalet</b> (PdT, carottes, navets, épinards)</p> <p><b>Salade de riz BIO à l'Indienne</b> (riz thaï, thon, œuf dur, olives noires, câpres, vinaigrette) ou <b>Pizza au fromage</b></p> <p><b>Omelette* au fromage et Courgettes à la provençale</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 - Potée Auvergnate HVE</b> (rôti de porc 1/2 sel, saucisse fumée) moutarde</p> <p><b>Emmental</b> ou <b>Fromage fondu vache qui rit BIO</b></p> <p><b>Salade de fruits exotique fruit</b> maison et biscuit ou <b>Petits suisses aux fruits</b></p>	<p><b>Potage cultivateur</b> (PdT, carottes, poireaux, navets, céleri)</p> <p><b>Salade de lentilles BIO aux lardons HVE</b> ou <b>Tomate persillée dosette vinaigrette</b></p> <p><b>Dos de colin MSC sauce beurre blanc</b> ou <b>Quenelle de volaille sauce forestière</b></p> <p><b>Purée de butternut BIO</b> ou <b>Pâtes BIO macaronis</b></p> <p><b>Camembert BIO</b> Ou <b>Yaourt velouté et dosette de sucre</b></p> <p><b>Crêpes artisanale chandeleur</b> et confiture ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage velouté de butternut</b></p> <p><b>Salade de betteraves BIO</b> ou <b>Chou rouge vinaigrette</b></p> <p><b>Sauté de veau au citron et olives et haricots verts BIO persillés</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 - Chili con carne vbf</b></p> <p><b>Tomme de Pyrénées IGP</b> ou <b>Fromage fondu Kiri</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Compote et biscuit</b></p>	<p><b>Potage fermier</b> (PdT, carottes, poireaux, chou vert)</p> <p><b>Céleri BIO rémoulade</b> ou <b>Salade Dauphinoise BIO et HVE</b> (PdT, saucisse de francfort HVE, vinaigrette, oignons frais, cornichons, persil plat frais, sel poivre)</p> <p><b>Boulettes d'agneau sauce orientale</b> ou <b>Fricassée de poulet à l'ail</b></p> <p><b>Semoule BIO</b> ou <b>Navets BIO persillés</b></p> <p><b>Morbier</b> ou <b>Yaourt nature BIO et dosette de sucre</b></p> <p><b>Tartelette tatin</b> ou <b>Fruit</b></p>

Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Samedi 10	Dimanche 11
<p><b>Potage carottes à l'orange</b></p> <p><b>Chou-fleur à la vinaigrette</b> ou <b>Salade antillaise BIO</b> (riz thaï, carottes, maïs, poivron, ananas, rôti de dinde, raisins, vinaigrette)</p> <p><b>PLAT VEGETARIEN : Omelette* aux oignons et tomates et Ratatouille</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 - Cassoulet BIO HVE</b> (h blanc BIO, saucisse de toulouse HVE, poitrine de porc HVE saucisson à l ail HVE)</p> <p><b>Munster AOP</b> ou <b>Fromage frais Cantafrais</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Mousse au chocolat</b></p>	<p><b>Potage crème de brocolis</b></p> <p><b>Segments de pomelos*</b> ou <b>Galantine aux olives et cornichon</b></p> <p><b>Bœuf bourguignon (vbf)</b> ou <b>Filet de colin MSC pané et citron</b></p> <p><b>Pommes de terre BIO vapeur persillées</b> ou <b>Purée d'épinards</b></p> <p><b>Carré BIO</b> ou <b>Petit suisse et dosette de sucre</b></p> <p><b>Yaourt aux fruits</b> ou <b>Compote BIO et biscuit</b></p>	<p><b>Soupe à l'oignon</b></p> <p><b>Œuf dur BIO entier avec coquille et dosette mayonnaise</b> ou <b>Carottes BIO râpées</b> à la vinaigrette</p> <p><b>Cuisse de pintade sauce chasseur et gratin de chou-fleur BIO</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 : Spaghettis BIO à la carbonara et emmental râpé</b></p> <p><b>Edam</b> Ou <b>Fromage cantafrais Cantadou</b></p> <p><b>Douceur Café</b> ou <b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>Potage Saint Germain</b> (pois cassés)</p> <p><b>Taboulé BIO</b> (semoule BIO, tomates, concombre, poivrons, assaisonnement) ou <b>Crevettes* et beurre</b></p> <p><b>Saucisse fumée HVE</b> ou <b>Bianquette de veau à l'ancienne</b></p> <p><b>Navets et Carottes BIO persillées</b> ou <b>Riz BIO pilaf</b></p> <p><b>Buchette laits mélangés</b> (vache &amp; chèvre) ou <b>Fromage blanc</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Compote BIO et biscuit</b></p>	<p><b>Potage velouté de potimarron</b></p> <p><b>Chou rouge râpé au lard HVE</b> ou <b>Salade fermière BIO</b> (PdT, petits pois, émincé de poulet, pomme, vinaigrette, olives, oignons frais, persil plat, frais, sel, poivre)</p> <p><b>Cœur de merlu MSC sauce ciboulette</b> ou <b>Steak haché sauce poivre « vbf »</b></p> <p><b>Pâtes Fusillis BIO</b> ou <b>Haricots verts persillés</b></p> <p><b>Saint Paulin</b> ou <b>Tartare ail et fines herbes</b></p> <p><b>Poire cuite sauce chocolat</b> ou <b>Semoule au lait</b></p>	<p><b>Soupe du chalet</b></p> <p><b>Salade Paimpol BIO et HVE</b> (haricots blancs, lardons, échalotes, persil, vinaigrette) ou <b>Macédoine au thon</b></p> <p><b>Paupiette de veau sauce napolitaine et Céleri BIO braisé</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 - Choucroute HVE et dosette de moutarde</b></p> <p><b>Saint Nectaire AOP</b> ou <b>Fromage frais Chanteneige BIO</b></p> <p><b>Mille-feuilles</b> Ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage cultivateur</b></p> <p><b>Radis* et beurre</b> ou <b>Pasta à la grecque BIO</b> (pâtes bio, concombre, tomate, jambon b, feta, origan, huile d'olive)</p> <p><b>Rôti de porc sauce moutarde et Purée de pommes de terre BIO</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tortellinis boscone sauce forestière</b> et emmental râpé</p> <p><b>Brie BIO</b> ou <b>Petit suisse BIO et dosette de sucre</b></p> <p><b>Compote maison pomme BIO</b> abricot maison et biscuit ou <b>Fruit</b></p>

Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
<p><b>Potage crème de brocolis</b></p> <p><b>Carottes BIO râpées citronnette</b> ou <b>Salade des îles BIO</b> (Riz, tomates fraîches, soja, maïs, vinaigrette, ananas, riz, oignons, sel, poivre)</p> <p><b>Jambon blanc Label Rouge sauce Madère et Purée de potimarron</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Plat Végétarien : CAPPELLETTI 5 fromages</b> (pâtes fraîches, ricotte, peccorin, fontina, provolone, fromage râpé, sauce tomate basilic)</p> <p><b>Emmental</b> ou <b>Fromage frais Saint Môret BIO</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Mousse au café</b></p>	<p><b>Potage fermier</b></p> <p><b>Chou rouge râpé à la vinaigrette</b> ou <b>Salade sicilienne BIO</b> (Pâtes BIO, poivrons rouges et verts, vinaigrette, poulet, oignons frais, basilic, sel)</p> <p><b>Boudin noir aux oignons et pommes de terre BIO vapeur</b> ou <b>PLAT VEGETARIEN : Quiche chèvre épinards et salade verte et dosette de vinaigrette</b></p> <p><b>Saint Nectaire AOP</b> ou <b>Yaourt velouté et dosette de sucre</b></p> <p><b>Compote BIO et biscuit</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage carotte à l'orange</b></p> <p><b>Pâté de campagne HVE supérieur et cornichon</b> Ou <b>Céleri râpé à la vinaigrette</b></p> <p><b>Dos de cabillaud MSC sauce à l'aneth</b> ou <b>rôti de dinde sauce basquaise</b></p> <p><b>Riz BIO pilaf</b> ou <b>julienne de légumes</b></p> <p><b>Mimolette</b> ou <b>Fromage frais Pavé ½ sel</b></p> <p><b>Compote maison pomme BIO biscuit</b> ou <b>Ananas au sirop léger biscuit</b></p>	<p><b>Potage velouté de butternut</b></p> <p><b>Salade Finlandaise BIO</b> (PdT, concombre, pomme, crevettes, mayonnaise) ou <b>Concombre à l'estragon</b> et dosette de vinaigrette</p> <p><b>Omelette oignons/tomate/ciboulette</b> ou <b>Bourguignon bœuf à la Niçoise (vbf)</b></p> <p><b>Chou vert braisé</b> ou <b>Pâtes BIO Coquillettes</b></p> <p><b>Camembert BIO</b> ou <b>Faisselle et dosette de sucre</b></p> <p><b>Eclair au chocolat</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Soupe à l'oignon</b></p> <p><b>Lentilles BIO à la vinaigrette</b> ou <b>Segment de pomelos</b></p> <p><b>Normandin de veau* sauce forestière</b> ou <b>Cœur de merlu MSC sauce dieppoise</b></p> <p><b>Polenta crémeuse</b> ou <b>Brocolis</b></p> <p><b>Morbier</b> ou <b>Fromage frais Chanteneige BIO</b></p> <p><b>Riz BIO au lait maison</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage au céleri</b></p> <p><b>Chou blanc aux raisins secs</b> ou <b>Œuf en gelée</b> (œuf, gelée, carottes, carottes, céleri, courgettes, tomates, jambon blanc)</p> <p><b>Rôti de bœuf sauce marchand de vin et Purée de haricots verts BIO</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 – Tartiflette HVE</b> (lardons HVE)</p> <p><b>Gouda</b> ou <b>Fromage fondu Kiri</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Compote BIO et biscuit</b></p>	<p><b>Potage velouté de potimarron</b></p> <p><b>Salade mexicaine</b> (maïs, haricots rouges, poivrons, oignons, olives, assaisonnement) ou <b>Poireaux à la vinaigrette</b></p> <p><b>Cuisse de poulet sauce grand-mère</b> ou <b>Colombo de porc</b></p> <p><b>Carottes BIO et navets BIO persillés</b> ou <b>Pâtes Macaronis BIO</b></p> <p><b>Fromage de chèvre</b> ou <b>Petit suisse BIO et dosette de sucre</b></p> <p><b>Baba au rhum</b> ou <b>Crème renversée</b></p>

Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
<p><b>Potage fermier</b></p> <p><b>Œuf dur BIO* entier avec coquille</b> et dosette de mayonnaise ou <b>Salade de cœurs de palmiers et maïs à la vinaigrette</b></p> <p><b>Sauté de veau Marengo et ses petits pois BIO à la française</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 : PLAT VEGETARIEN Dahl de lentilles corail</b> (lentilles corail, tomates, épinards, lait coco, curcuma, citron, cumin, gingembre, coriandre, oignon, ail)</p> <p><b>Coulommiers</b> Ou <b>Yaourt nature BIO et dosette de sucre</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Mousse au chocolat</b></p>	<p><b>Soupe du chalet</b></p> <p><b>Salade de haricots verts BIO à la vinaigrette</b> Ou <b>Saucisson à l'ail* HVE et cornichon</b></p> <p><b>Pané de colin MSC et citron et ses légumes ensoleillés</b> (haricots verts, courgettes, aubergines, poivrons, oignons) ou <b>PLAT 2 EN 1 - Hachis Parmentier aux pommes de terre BIO (vf)</b></p> <p><b>Pont l'Evêque AOP</b> ou <b>Fromage Frais Carré frais</b></p> <p><b>Tarte aux pommes grand-mère</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage velouté de butternut</b></p> <p><b>Salade de riz BIO niçoise</b> (riz BIO vinaigrette, tomate, thon, maïs, oignon, olives noires, sel, poivron) Ou <b>Salade aux deux racines BIO</b></p> <p><b>PLAT VEGETARIEN :Tarte méditerranéenne</b> (ratatouille, emmental, crème, œuf) <b>salade de mâche</b> vinaigrette ou <b>Cuisse de pintade cocotte et pommes dauphines</b></p> <p><b>Saint Paulin</b> ou <b>Faisselle</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Cocktail de fruits</b> au sirop léger BIO et biscuit</p>	<p><b>Potage crème de brocolis</b></p> <p><b>Chou rouge râpé à la vinaigrette</b> ou <b>Crevettes* et beurre</b></p> <p><b>Steak haché sauce milanaise LABEL ROUGE (vbf) et frites au four</b> ou <b>PLAT VEGETARIEN - omelette aux herbes et purée de courgettes</b></p> <p><b>Brie BIO</b> ou <b>Fromage cantadou</b> ail et fines herbes</p> <p><b>Crème dessert chocolat maison</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage cultivateur</b></p> <p><b>Salade de tomate et maïs à la vinaigrette</b> (dosette vinaigrette) ou <b>Salade Vendéenne BIO et HVE</b> (Haricots blancs, vinaigrette, poitrine de porc, emmental, oignons frais, persil)</p> <p><b>Dos de colin lieu MSC sauce ensoleillée</b> ou <b>Paupiette de veau sauce forestière</b></p> <p><b>Semoule BIO</b> ou <b>Carottes BIO à la crème</b></p> <p><b>Morbier</b> ou <b>Fromage frais Chanteneige BIO</b></p> <p><b>Pruneaux d Agen IGP au thé</b> et biscuit ou <b>Crème dessert à la vanille</b></p>	<p><b>Potage Saint Germain</b> (pois cassés)</p> <p><b>Salade gourmande BIO</b> (PdT bio, gésiers de volaille, oignons, persil, vinaigrette) ou <b>Céleri BIO rémoulade</b></p> <p><b>Escalope de porc sauce miel</b> ou <b>Merguez (dosette ketchp)</b></p> <p><b>Chou-fleur BIO persillé</b> ou <b>Pâtes Fusillis BIO</b></p> <p><b>Carré BIO</b> Ou <b>Petit suisse</b> et dosette de sucre</p> <p><b>Paris-Brest</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Potage carottes à l'orange</b></p> <p><b>Segments de pomelos</b> ou <b>Salade de Naples BIO</b> (pâtes BIO, tomates, courgettes, thon, cerfeuil, olives noires, oignons, vinaigrette, curcuma, sel ; poivre)</p> <p><b>Goulash de bœuf (vbf) et Pommes de terre BIO vapeur</b> ou <b>PLAT 2 EN 1 - Endives au jambon Label Rouge</b></p> <p><b>Comté AOP</b> ou <b>Fromage frais pavé ½ sel</b></p> <p><b>Crème dessert au caramel</b> ou <b>Compote BIO et biscuit</b></p>

Lundi 26	Mardi 27 – REPAS BOURGUIGNON	Mercredi 28	Jeudi 29
<p><b>Potage cultivateur</b></p> <p><b>Quiche Lorraine</b> ou <b>Champignon à la grecque</b></p> <p><b>Cœur de merlu MSC sauce beurre blanc</b> ou <b>Tripes à la mode de Caen</b></p> <p><b>Epinards au beurre</b> ou <b>Pommes de terre BIO vapeur persillées</b></p> <p><b>Saint Nectaire AOP</b> ou <b>Fromage frais Saint Bricet</b></p> <p><b>Compote maison pomme BIO poire BIO et biscuit</b> ou <b>Riz au lait</b></p>	<p><b>Soupe à l'oignon</b></p> <p><b>Pâté de campagne HVE supérieur et cornichon</b> ou <b>Salade du soleil BIO</b> (pâtes BIO, carottes, jambon, tomates, oignons, basilic, olives)</p> <p><b>Bœuf bourguignon (vbf)</b> ou <b>Croque-monsieur au jambon (Label rouge)</b></p> <p><b>Pâtes Fusillis BIO</b> ou <b>Salade verte</b> et dosette vinaigrette</p> <p><b>Fromage de chèvre</b> ou <b>Yaourt nature BIO et dosette de sucre</b></p> <p><b>Poire cuite sauce chocolat</b> ou <b>Fruit</b></p>	<p><b>Soupe du chalet</b></p> <p><b>Terrine aux deux poissons</b> mayonnaise Ou <b>Carottes BIO râpées vinaigrette</b></p> <p><b>Cuisse de pintade sauce chasseur</b> ou <b>Steak haché sauce échalotte (vbf)</b></p> <p><b>Purée de courgettes</b> Ou <b>Haricots blancs BIO façon grand-mère</b></p> <p><b>Camembert BIO</b> Ou <b>Fromage frais Cantafrais</b></p> <p><b>Fruit</b> ou <b>Yaourt aux fruits</b></p>	<p><b>Potage velouté de butternut</b></p> <p><b>Concombre à l'estragon vinaigrette</b> ou <b>Salade de betteraves BIO vinaigrette</b></p> <p><b>Normandin de veau</b> sauce poivre vert et pommes de terres rissolées aux herbes ou <b>PLAT 2 EN 1 – Choucroute HVE</b> (poitrine de porc HVE, saucisse fumée HVE/ francfort/ ail HVE)</p> <p><b>Munster AOP</b> ou <b>Fromage blanc BIO nature BIO</b></p> <p><b>Gland au Kirsch</b> ou <b>Fruit</b></p>