





| Lundi  | Mardi  | Mercredi   | Jeudi   | Vendredi   | Samedi   | Dimanche   |
|--|--|--|---|--|--|--|
| 01/03/2020   | 02/03/2020   | 03/03/2020   | 04/03/2020  | 05/03/2020   | 06/03/2020   | 07/03/2020   |
| <b>DEJEUNER</b>  |  |  |   |  |  |  |
| Salade de pomme de terre aux olives noires   | Asperges vinaigrette   | Velouté de légumes BIO local   | Carottes râpées vinaigrette huile d'olive cumin   | Œuf dur (mayonnaise)   | Salade d'endives aux noix  | Haricots verts vinaigrette   |
| Sauté de bœuf sauce vigneronne   | Escalope de volaille sauce chasseur  | Hachis Parmentier (foyer) Assiette de colin (+ complément)                               | Merguez et légumes<br> | Rôti de porc sauce moutarde  | Boulette de boeuf sauce Provençale   | Colin sauce crème citron   |
| Duo de carottes  | Riz doré  | Iceberg vinaigrette  | Semoule BIO   | Lentille  locales | Printanière de légumes   | Brocolis   |
| Mimolette  | Camembert  | Cantal   | Fromage blanc   | Emmenthal  | Saint Paulin (ind)   | Fourme d'Ambert (ind)  |
| Fruit  | Fruit  | Fruit  | Pâtisserie orientale (SOCOPRA)  | Compote pomme pruneaux   | Banane   | Fruit  |
| Pain    | Pain      | Pain    | Pain                   | Pain              | Pain    | Pain    |
| <b>DINER</b>   |  |  |   |  |  |  |
| Potage vermicelles   | Velouté de carottes  | Potage de légumes  | Velouté poireaux pomme de terre   | Potage Dubarry   | Bouillon de légumes  | Potage de légumes  |
| Champignons à la crème   | Tarte aux oignons  | Poelée asiatique   | Feuilleté au chèvre (ind)   | Haricots beurre fondants   | Coquillettes BIO   | Omelette au fromage  |
| Mousse au chocolat   | Compote pomme rhubarbe   | Fruit  | Crème pralinée  | Fruit  | Mousse liégeoise   | Compote pomme biscuit  |
| Pain  | Pain    | Pain  | Pain                 | Pain            | Pain  | Pain  |

# SIRESCO


Le plaisir ... à table !

Site de production Choisy Le roi - Menus séniors Plan alimentaire

| Lundi  | Mardi  | Mercredi   | Jeudi  | Vendredi  | Samedi   | Dimanche   |
|--|--|--|--|---|--|--|
| 08/03/2021   | 09/03/2021   | 10/03/2021   | 11/03/2021   | 12/03/2021  | 13/03/2021   | 14/03/2021   |
| <b>DEJEUNER</b>  |  |  |  |   |  |  |
| Betteraves vinaigrette   | Chou fleur vinaigrette   | Salade de pâtes aux olives   | Mousse de canard et son cornichon  | Carottes râpées vinaigrette   | Salade de pomme de terre aux olives  | Salade verte vinaigrette   |
| Emincé de dinde sauce blanquette   | Brandade de morue  | Marmite dieppoise  | Cuisse de poulet LR rôtie  | Joue de bœuf sauce vigneronne   | Paupiette de veau sauce chasseur   | Boulettes d'agneau sauce au romarin  |
| Carottes et Pommes de terre  | /  | Fondue de blanc de poireaux  | Riz à l'espagnole  | Cœur de blé   | Haricots beurre  | Flageolets   |
| Fromage frais aux fruits BIO  | Brie   | Crème de gruyère   | Saint Nectaire AOP   | Comté AOP   | Mimolette  | Camembert  |
| Fruit  | Fruit  | Fruit  | Salade de fruits   | Tarte au flan  | Fruit  | Ile flottante  |
| Pain                          | Pain    | Pain    | Pain    | Pain           | Pain            | Pain    |
| <b>DINER</b>   |  |  |  |   |  |  |
| Velouté de tomate  | Velouté de carottes  | Potage de légumes  | Soupe à l'oignon (emmental)  | Soupe légumes   | Potage de légumes  | Potage de légumes  |
| Batonnière de légumes  | Haricots plats d'Espagne   | Lentilles BIO locales  | Petits pois  | Pizza au thon (ind)   | Coquillettes  | Brocolis   |
| Liégeois caramel   | Mosaïque de fruits   | Crème vanille  | Fruit  | Fruit   | Crème pralinée   | Fruit  |
| Pain                        | Pain  | Pain  | Pain  | Pain         | Pain          | Pain  |

| Lundi  | Mardi  | Mercredi  | Jeudi   | Vendredi   | Samedi   | Dimanche   |
|--|--|---|---|--|--|--|
| 15/03/2021   | 16/03/2021   | 17/03/2021  | 18/03/2021  | 19/03/2021   | 20/03/2021   | 21/03/2021   |
| <b>DEJEUNER</b>  |  |   |   |  |  |  |
| Pomelos (sucre)  | Asperges vinaigrette   | Salade de haricots blancs   | Céleri rémoulade  | Radis émincés à la crème ciboulette  | Potage de légumes BIO local (mélange orange)   | Chou blanc (ind + vinaigrette)   |
| Sauté de veau marengo  | Filet de lieu à la thaï  | Omelette aux fines herbes   | Langue bœuf sauce piquante<br> | Assiette saumon & tagliatelles -<br>Quenelles sauce nantua & purée Crécy (foyers)          | Galette champignons et béchamel  | Filet de colin aux aromates  |
| Céréales gourmandes BIO  | Riz BIO  | Ratatouille BIO   | Pommes vapeur   | /  | Salade verte   | Purée de patate douce  |
| Emmental   | Tome noire   | Camembert  | Munster                        | Bleu   | Edam   | Mimolette  |
| Purée de pommes  | Fruit  | Fruit   | Mosaïque de fruits au sirop léger   | Moelleux chocolat  | Fruit  | Mousse au café   |
| Pain    | Pain    | Pain       | Pain                           | Pain    | Pain    | Pain    |
| <b>DINER</b>   |  |   |   |  |  |  |
| Velouté d'épinards   | Velouté de champignons   | Velouté de légumes  | Velouté de légumes  | Bouillon de vermicelles  | Velouté de légumes   | Soupe de poisson   |
| Tarte aux légumes (ind)  | Trio de légumes  | Tomate farcie   | Haricots verts persillés  | Epinards à la crème  | Rôti de dinde (dosette mayonnaise)   | Fondue de blancs de poireaux   |
| Fruit  | Yaourt aux fruits  | Dés d'ananas  | Yaour  nature                | Crème pralinée   | Pomme cuite caramel  | Fruit  |
| Pain  | Pain  | Pain     | Pain                         | Pain  | Pain  | Pain  |

| Lundi  | Mardi   | Mercredi   | Jeudi   | Vendredi   | Samedi   | Dimanche  |
|--|---|--|---|--|--|---|
| 22/03/2021   | 23/03/2021  | 24/03/2021   | 25/03/2021  | 26/03/2021   | 27/03/2021   | 28/03/2021  |
| <b>DEJEUNER</b>  |   |  |   |  |  |   |
| Fond d'artichauts vinaigrette  | Haricots verts vinaigrette  | Betteraves vinaigrette   | Salade verte vinaigrette  | Salade de pomme de terre mimosa  | Salade de pâtes tricolores, maïs et olives noires  | Asperges vinaigrette  |
| Paupiette de veau sauce marchand de vin  | Sauté de porc à la diable   | Poulet LR rôti jus aux herbes  | Cassoulet Toulousain  | Sauté de bœuf  | Cubes de saumon sauce aneth  | Lapin à la moutarde   |
| Riz     | Lentilles  cales | Pâtes   |                | Carottes   | Brocolis   | Pommes vapeur   |
| Fromage à tartiner au poivre   | Fourme d'Ambert  | Bombel   | Munster        | Cantal  | Emmental   | Camembert  |
| Fruit  | Fruit   | Fruit  | Pomme cuite à la cannelle   | Grillé abricots  | Fruit  | Fruit   |
| Pain    | Pain             | Pain    | Pain           | Pain    | Pain    | Pain       |
| <b>DINER</b>   |   |  |   |  |  |   |
| Velouté de courgettes  | Velouté de carottes   | Potage de légumes  | Velouté poireaux pomme de terre   | Potage Dubarry   | Potage de légumes  | Bouillon de légumes   |
| Poêlée forestière et pomme de terre  | Omelette au fromage (ind)   | Duo de carottes à la crème   | Ratatouille  | Jambon de dinde  | Dhal de lentilles corail au lait de coco   | Pizza à la tomate   |
| Compote pomme caramel  | Gélatiné vanille  | Pruneaux au sirop  | Fruit   | Dés de poire au sirop  | Fruit  | Compote pomme cassis  |
| Pain  | Pain           | Pain  | Pain         | Pain  | Pain  | Pain     |

| Lundi  | Mardi  | Mercredi   | Jeudi  | Vendredi   | Samedi   | Dimanche   |
|--|--|--|--|--|--|--|
| 29/03/2021   | 30/03/2021   | 31/03/2021   | 01/04/2021   | 02/04/2021   | 03/04/2021   | 04/04/2021   |
| <b>DEJEUNER</b>  |  |  |  |  |  |  |
| Chou fleur vinaigrette   | Macédoine de légumes (mayonnaise dosette)  | Salade de lentilles vinaigrette  | Saucisson à l'ail  | Carottes râpées vinaigrette  | Salade verte (vinaigrette)   | Champignons à la Grecque   |
| Sauté de porc sauce coco   | Sauté d'agneau romarin   | Filet de lieu sauce citron   | Boulettes de bœuf sauce tomate   | Quenelles de veau sauce tomate   | Manchons de canard à l'orange  | Marmite de poisson   |
| Semoule BIO  | Flageolets   | Poelée campagnarde   | Duo de carottes + pdt  | Cœurs de blé   | Pommes sautées   | Riz BIO  |
| Edam   | Gouda  | Cantal  | Camembert  | Bleu   | Fromage blanc BIO  | Tome blanche   |
| Fruit  | Ile flottante  | Fruit  | Fruit  | Compote pomme fraise   | Biscuits secs  | Fruit  |
| Pain    | Pain    | Pain    | Pain    | Pain    | Pain    | Pain    |
| <b>DINER</b>   |  |  |  |  |  |  |
| Velouté de légumes   | Potage de légumes  | Potage Crécy (briquette)   | Potage de légumes  | Velouté de légumes   | Potage de légumes  | Potage de légumes (ind)  |
| Courgettes à l'ail   | Omelette (ind)   | Duo de haricots  | Panier au chèvre   | Poelée forestière  | Gratin de chou-fleur   | Tresse poulet poireaux (indiv)   |
| Crème pralinée   | Fruit  | Gélifié chocolat   | Yaourt aux fruits  | Fruit  | Fruit  | Crème pralinée   |
| Pain  | Pain  | Pain  | Pain  | Pain  | Pain  | Pain  |

# SIRESCO

Le plaisir ... à table !

Site de production Choisy Le roi - Menus séniors Plan alimentaire

| Lundi  | Mardi  | Mercredi  | Jeudi  | Vendredi   | Samedi   | Dimanche   |
|--|--|---|--|--|--|--|
| 05/04/2021   | 06/04/2021   | 07/04/2021  | 08/04/2021   | 09/04/2021   | 10/04/2021   | 11/04/2021   |
| <b>DEJEUNER</b>  |  |   |  |  |  |  |
| Salade de pomme de terre vinaigrette   | Asperges vinaigrette   | Betteraves vinaigrette  | Pomélo   | Salade mêlée vinaigrette   | Concombres (vinaigrette)   | Blancs de poireaux (vinaigrette)   |
| Joue de bœuf sauce vigneronne  | Colin à l'armoricaine  | Coq au vin  | Bœuf Bourguignon (portage)<br>Lasagnes Bolognaise (foyers)                                 | Boudin aux pommes  | Kefta d'agneau façon tajine  | Escalope de volaille aux champignons   |
| Brunoise de légumes  | Purée 3 légumes  | Tagliatelles  | /  | Purée de pomme de terre  | Semoule BIO + Légumes de couscous  | Carottes   |
| Fromage frais aux fruits BIO  | Saint Paulin (ind)   | Fourme d'Ambert   | Fromage blanc  | Brie   | Mimolette  | Camembert  |
| Fruit  | Crème vanille  | Fruit    | Tarte au flan nature individuel  | Salade de fruits au sirop  | Crème pistache   | Riz au lait  |
| Pain                          | Pain    | Pain   | Pain    | Pain    | Pain    | Pain    |
| <b>DINER</b>   |  |   |  |  |  |  |
| Potage de légumes  | Potage de légumes  | Potage aux légumes  | Velouté légumes du potager (Créaline)  | Velouté potiron carottes (Créaline)  | Potage de légumes  | Soupe à l'oignon   |
| Printanière de légumes   | Pizza au fromage   | Poelée Lyonnaise  | Galette blé noir fromage   | Roulé au fromage   | Petits pois carottes   | Penne BIO  |
| Liégeois caramel   | Fruit  | Yaourt aux fruits   | Fruit  | Fruit  | Fruit  | Fruit  |
| Pain                        | Pain  | Pain   | Pain  | Pain  | Pain  | Pain  |

| Lundi  | Mardi   | Mercredi  | Jeudi  | Vendredi   | Samedi   | Dimanche  |
|--|---|---|--|--|--|---|
| 12/04/2021   | 13/04/2021  | 14/04/2021  | 15/04/2021   | 16/04/2021   | 17/04/2021   | 18/04/2021  |
| <b>DEJEUNER</b>  |   |   |  |  |  |   |
| Haricots beurres vinaigrette   | Salade de pois chiches au cumin   | Salade de pomme de terre  | Tarte aux légumes  | Salade coleslaw  | Salade de perles aux olives  | Macédoine (mayonnaise)  |
| Escalope de porc sauce charcutière   | Merlu aux herbes  | Sauté d'agneau aux épices   | Rôti de bœuf (moutarde)  | Colin sauce paprika  | Cuisse de poulet rôtie LR  | Egrainé de bœuf sauce bolognaise  |
| Cœurs de blé   | Purée de courges  | Duo de carottes   | Gratin dauphinois  | Céréales gourmandes BIO  | Poêlée de légumes  | Pâtes Bio   |
| Saint Nectaire   | Fromage blanc  | Camembert  | Brie   | Fromage frais  | Edam   | Tome noire des Pyrénées AOP  |
| Liégeois chocolat  | Fruit   | Coupelle de fruits au sirop   | Fruit  | Fruit  | Fruit  | Crêpe au caramel  |
| Pain    | Pain           | Pain       | Pain    | Pain    | Pain    | Pain                         |
| <b>DINER</b>   |   |   |  |  |  |   |
| Soupe à la tomate  | Velouté de légumes  | Crème d'asperges  | Taboulé  | Potage au potiron  | Velouté de légumes   | Soupe de poisson  |
| Galette volaille champignons   | Riz          | Courgette farcie  | Œufs brouillés   | Duo de haricots  | Pizza 3 fromages   | Trio de légumes   |
| Fruit  | Compote pomme litchis   | Mousse liégeoise lit de fruits  | Yaourt aux fruits  | Purée pomme fraise   | Géllifié au caramel  | Mousse au citron  |
| Pain  | Pain         | Pain     | Pain  | Pain  | Pain  | Pain                       |

# SIRESCO

Le plaisir ... à table !

Site de Production - Choisy le Roi - Menus séniors Plan alimentaire

| Lundi   | Mardi  | Mercredi   | Jeudi  | Vendredi   | Samedi   | Dimanche   |
|---|--|--|--|--|--|--|
| 19/04/2021  | 20/04/2021   | 21/04/2021   | 22/04/2021   | 23/04/2021   | 24/04/2021   | 25/04/2021   |
| <b>DEJEUNER</b>   |  |  |  |  |  |  |
| Asperges vinaigrette  | Poireaux vinaigrette   | Betteraves bio locales vinaigrette   | Taboulé à l'orientale  | Radis émincés beurre   | Champignons à la Grecque   | Lentilles vinaigrette  |
| Paupiette de veau sauce moutarde  | Escalope de volaille sauce blanche   | Lieu noir sauce citron   | Blanquette de veau   | Poisson frais sauce beurre citron  | Kefta d'agneau   | Brandade de poisson maison   |
| Semoule  | Riz BIO doré   | Epinards à l'ail et pomme de terre   | Légumes blanquette (carottes, poireaux, navets) BIO local                                      | Brocolis + pdt   | Céréales gourmandes  | Salade verte   |
| Fromage aux fines herbes  | Port Salut   | Fromage frais aux noix   | Emmental B  | Fromage frais à tartiner   | Cantal   | Camembert  |
| Fruit   | Fruit  | Fruit  | Fruit  | Fruit BIO  | Fruit  | Fruit  |
| Pain     | Pain    | Pain    | Pain        | Pain    | Pain    | Pain    |
| <b>DINER</b>  |  |  |  |  |  |  |
| Potage de légumes   | Potage de légumes  | Potage de légumes  | Velouté de légumes   | Potage de légumes  | Potage de légumes  | Bouillon de légumes  |
| Haricots beurre persillés   | Omelette au fromage (ind)  | Galette savoyarde (volaille)   | Courgettes à la tomate   | Tarte aux poireaux   | Petits pois  | Coquillettes BIO   |
| Liégeois caramel  | Mousse au café   | Poire au sirop   | Semoule lait   | Pomme cuite au four  | Gélatiné caramel   | Fruit  |
| Pain   | Pain  | Pain  | Pain      | Pain  | Pain  | Pain  |



| Lundi  | Mardi  | Mercredi   | Jeudi  | Vendredi   | Samedi   | Dimanche   |
|--|--|--|--|--|--|--|
| 26/04/2021   | 27/04/2021   | 28/04/2021   | 29/04/2021   | 30/04/2021   | 01/05/2021   | 02/05/2021   |
| <b>DEJEUNER</b>  |  |  |  |  |  |  |
| Œuf dur mayonnaise (dosette)   | Duo de betteraves au maïs  | Concombre vinaigrette  | Sardines à l'huile   | Salade des champs (cœurs de blé)   | Fonds d'artichaut vinaigrette  | Radis au beurre  |
| Couscous merguez (merguez + Pois chiches) + légumes                                      | Sauté de boeuf sauce tajine  | Filet de colin meunière au citron  | Raviolis de bœuf   | Rôti de dinde sauce curry  | Paupiette de veau à la crème   | Spaghettis aux fruits de mer   |
| Semoule BIO  | Duo haricots flageolets  | Purée de carottes  | Salade verte vinaigrette   | Duo de courgettes à l'ail  | Riz BIO  | /  |
| Fromage coque BIO  | Gouda  | Yaourt BIO nature  | Comté AOP  | Fromage blanc nature BIO   | Mimolette  | Camembert  |
| Fruit  | Fruit  | Eclair au chocolat   | Fruit  | Fruit BIO  | Fruit  | Arlequin de fruits   |
| Pain    | Pain    | Pain    | Pain    | Pain    | Pain    | Pain    |
| <b>DINER</b>   |  |  |  |  |  |  |
| Velouté de légumes   | Poireaux vinaigrette   | Pomélo   | Velouté de poisson maison  | Potage de légumes  | Potage au potiron  | Velouté de champignon  |
| Poelée de légumes  | Omelette aux fines herbes  | Galette au jambon de dinde   | Gratin de chou fleur   | Poelée forestière  | Roulé au fromage   | Salsifis et carottes   |
| Mousse au chocolat   | Compote pomme cassis   | Crème au café  | Fruit  | Fruit  | Liégeois aux fruits  | Crème pralinée   |
| Pain  | Pain  | Pain  | Pain  | Pain  | Pain  | Pain  |