Midi Automne Semaine 1

Traditionnel

Lundi
Duo de haricots au persil plat
Minute de boeuf (CH)
Riz basmati parfumé
Wok de légumes
Profiteroles

Mardi
Bruschetta aux olives
Dos de saumon doré sur peau (NOR)
Semoule de couscous
Epinards
Poire façon Belle-Hélène

Mercredi
Rillette de la mer, blanc battu au raifort
Salade de quinoa
Pecorino
Crumble de potimarron et noisettes
Mont blanc

Jeudi
Tartine de chèvre chaud
Filets de merlu à la moutarde ancienne (FAO 27)
Ecrasé de pomme de terre
Courgettes grillées légères
Ile flottante

Vendredi
Houmous et pain pita
Pavé de sandre , sauce ravigote (FAO 05)
Riz vénéré
Bâtonnets de légumes
Mousse chocolat

Samedi
Salade de figues et ricotta
Filet de loup à la bisque de homard (GR)
Pommes vapeur
Petits légumes du marché
Panna cotta vanille et caramel

Dimanche
Tarte fine aux champignons
Saltimbocca de veau, jus à la sauge (CH)
Bramata moelleuse
Endives braisées
Tarte bourdaloue

Marché

Lundi
Œuf mollet aux champignons
Linguine à la betterave, chèvre frais et pignons de pins
Profiteroles

Mardi
Salade Coleslaw
Noisette d'agneau et jus au thym (GB)
Semoule de couscous
Epinards
Poire façon Belle-Hélène

Mercredi
Crudités du marché et graines de courge
Paillard de veau et jus réduit (CH)
Gnocchi poêlés
Brocolis
Mont blanc

Jeudi
Doucette aux graines torréfiées
Aiguillettes de bœuf (CH)
Ecrasé de pomme de terre
Courgettes grillées légères
Ile flottante

Vendredi
Roulade de saumon fumé à la ciboulette
Suprême de volaille poché au bouillon (FR)
Riz vénéré
Bâtonnets de légumes
Mousse chocolat

Soir Automne Semaine 1

Traditionnel

Lundi
Potage Dubarry
Filet de daurade rôti (GR)
Mousseline de panais
Champignons grillés
Cheesecake au yuzu

Mardi
Velouté de carotte à la coriandre
Dhal de lentilles corail à la coco fraîche
Pain naan
Tartelette figue et ricotta

Mercredi
Crème de fèves
Canard au vinaigre balsamique (FR)
Nouilles soba
Rubans de légumes
Tiramisu au speculoos

Jeudi
Potage aux légumes
Ravioles à la ricotta et épinards
Tomates cerises confites
Crème brulée vanille

Vendredi
Soupe aux légumes racines
Côtelettes d'agneau marinées (GB)
Quinoa
Côtes de bettes
Strudel aux pommes

Samedi
Velouté au potiron
Risotto safrané aux légumes d'automne
Copeaux de parmesan
Iceberg à l'huile de noisette
Sorbets

Dimanche
Soupe de maïs au paprika doux
Dos de cabillaud vapeur aux herbettes (FAO 27)
Ebly
Caviar d'aubergine
Fondant chocolat

Marché

Lundi
Potage Dubarry
Demi-coquelet grillé (FR)
Mousseline de panais
Champignons grillés
Cheesecake au yuzu

Mardi
Velouté de carotte à la coriandre
Crevettes aux épices douces
Pousses de soja sautées
Navets et patates douces caramélisés
Tartelette figue et ricotta

Mercredi
Crème de fèves
Flétan au bouillon de citronnelle (FAO 27)
Nouilles soba
Rubans de légumes
Tiramisu au speculoos

Jeudi
Potage aux légumes
Espadon mi-cuit, vierge d'agrumes (FAO 51)
Pilaf de boulgour
Tomates cerises confites
Crème brulée vanille

Vendredi
Soupe aux légumes racines
Curry massaman de légumes
Quinoa
Strudel aux pommes

Origines :
FAO 51/57 : Océan Indien
FAO 27 : ATL Nord Est
FAO 05 : Europe
Personnes Vegan : Plats sur demande