


MENU SEPTEMBRE 2023

CPAS DE HERON



				vendredi 01	samedi 02	dimanche 03
				Potage cresson <i>Céleri</i>	Velouté de chou-fleur <i>Céleri</i>	Potage potiron <i>Céleri</i>
				Filet de Lieu Noir Brocolis Pommes de terre nature <i>Poissons, soja, gluten, céleri</i>	Waterzooi de poulet aux petits légumes Purée <i>Gluten, œufs, céleri, lait</i>	Bœuf bourguignon Champignons, carottes Pommes Rôstis <i>Gluten, céleri, lait, soja, moutarde</i>
				Fruit	Compote	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>
Repas alternatif : Lasagne bolognaise (bœuf) <i>Gluten, Céleri, Lait, Soja, Œufs</i>						
lundi 04	mardi 05	mercredi 06	jeudi 07	vendredi 08	samedi 09	dimanche 10
Potage fenouil <i>Céleri</i>	Potage potimarrons <i>Céleri</i>	Potage céleri <i>Céleri</i>	Potage brunoise <i>Céleri</i>	Potage Saint-Germain <i>Céleri</i>	Potage Andalou <i>Céleri</i>	Velouté de brocolis <i>Céleri, lait</i>
Saucisse (porc) Compote de pommes Pommes de terre persillées <i>Gluten, œufs, soja, lait, moutarde</i>	Blanc de poulet Courgettes Pommes de terre nature <i>Gluten, soja, œufs</i>	Springue (porc) Carottes Purée nature <i>Gluten, céleri, lait, soja, moutarde</i>	Pâtes, sauce aux légumes Dés de poulet <i>Gluten, céleri</i>	Filet de saumon, sauce curry Brocolis Quinoa <i>Poissons, gluten, céleri, lait, soja, moutarde</i>	Hachis Parmentier (bœuf) de chou-fleur <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	Navarin d'agneau (carottes, tomates) Croquettes <i>Gluten, lait, céleri</i>
Fromage <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	Pudding vanille, coulis de fruits rouges <i>Lait</i>	Fruit	Compote	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>
Repas alternatif : Filet de poulet, potée aux carottes <i>Gluten, Soja, Œufs, Lait</i>						
lundi 11	mardi 12	mercredi 13	jeudi 14	vendredi 15	samedi 16	dimanche 17
Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage potimarrons <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage épinards <i>Céleri</i>	Velouté de chou-fleur <i>Céleri, lait</i>
Vol au vent (Champignons) Purée <i>Céleri, gluten, lait, œufs</i>	Boulette (volaille) Haricots verts Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, soja, œufs</i>	Cuisse de poulet, sauce estragon Courgettes Purée nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	Burger de bœuf Sauce aux légumes (tomates, carottes, oignons) Pâtes <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	Waterzooi de poissons (poireaux, céleri, carottes) Riz <i>Poissons, céleri, soja, lait, gluten</i>	Macaroni Sauce fromage, jambon, petits pois <i>Céleri, gluten, lait</i>	Dés de porc Ratatouille Pommes noisettes <i>Céleri, gluten, lait, soja, sulfites</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	Riz au lait <i>Lait</i>	Fruit	Compote	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>
Repas alternatif : Saucisse (porc-bœuf), compote, purée <i>Gluten, œufs, lait, soja</i>						
lundi 18	mardi 19	mercredi 20	jeudi 21	vendredi 22	samedi 23	dimanche 24
Potage panais <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage fenouil <i>Céleri</i>	Bouillon de légumes <i>Céleri</i>	Velouté de cerfeuil <i>Céleri, lait</i>
Filet de cuisse de poulet Poireaux crème Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, œufs, soja, lait</i>	Epigramme d'agneau Haricots verts Purée nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	Couscous de légumes du chef (courgettes, céleri, semoule) Filet de poulet <i>Gluten, céleri</i>	Escalope de poulet Fenouil, sauce tomate Pâtes grecques <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	Filet de Colin, sauce moutardée Crudités, dressing Riz <i>Poissons, lait, soja, céleri, gluten, moutarde, œufs, sulfites</i>	Pain de viande (porc) Potée au brocoli <i>Gluten, lait, soja, œufs, céleri, moutarde</i>	Rosbif (bœuf) Jardinière de légumes Pommes rôsti <i>Gluten, céleri, lait, soja</i>
Fromage <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	Pudding Chocolat <i>Lait</i>	Fruit	Compote	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>
Repas alternatif : Vol-au-vent, champignons, riz <i>Céleri, lait, œufs</i>						
lundi 25	mardi 26	mercredi 27	jeudi 28	vendredi 29	samedi 30	
Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage céleri <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage potimarrons <i>Céleri</i>	
Boulette (volaille) Carottes Quinoa <i>Gluten, œufs, soja</i>	Rôti de porc Brocoli Purée persillée <i>Gluten, céleri, lait, soja, moutarde</i>	Filet de poulet Petits pois Pommes de terre rôties <i>Œufs, soja, gluten, céleri</i>	Pâtes bolognaise (bœuf) (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	Filet de Cabillaud, sauce au citron Crudités, dressing Pommes de terre <i>Poissons, soja, céleri, gluten, œufs, moutarde, lait, sulfites</i>	Cuisse de poulet Courgettes Riz <i>Gluten, œufs, céleri, soja</i>	
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	Pudding vanille, coulis de fruits rouges <i>Lait</i>	Fruit	Compote	
Repas alternatif : Omelette, potée aux carottes <i>Céleri, lait, œufs</i>						

100 % BIO: boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de bœuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

Les **allergènes** à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (Règlement UE n°1169/2011). Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : allergie@coservice.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.