

## MENUS SANS-SEL OCTOBRE 2026

NOM :

AVEC POTAGE DU SOIR : ☐

| LUNDI<br>28/09/2026                                                                                                                                                                 | MARDI<br>29/09/2026                                                                                                                            | MERCREDI<br>30/09/2026                                                                                            | JEUDI<br>01/10/2026                                                                                                                         | VENDREDI<br>02/10/2026                                                                                                             | SAMEDI<br>03/10/2026                                                                                          | DIMANCHE<br>04/10/2026                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Salade de pommes craquantes<br>Filet de poisson sauce vierge<br>Courgettes au basilic<br>Yaourt aromatisé<br>Compote de pomme sans sucre ajoutés                                    | Salade iceberg<br>Carré de seitan<br>Purée de chou-fleur<br>Petit suisse<br>Pomme                                                              | Oeuf dur<br>Rôti de dinde au jus<br>Pommes de terre et carottes<br>Fromage blanc nature<br>Prune rouge            | Radis<br>Filet de colin sauce velouté<br>Haricots verts à l'oignon<br>Edam<br>Purée de pomme sans sucre                                     | Macédoine mayonnaise<br>Rôti de bœuf au jus<br>Epinards hachés à la béchamel<br>Tomme blanche<br>Fruit de saison                   | Terrine de légumes<br>Tête de veau sauce gribiche<br>Pomme vapeur<br>St Félicien<br>Pomme au four             | Mousse de canard<br>Cuisse de pintade au cidre<br>Polenta<br>Bûche de chèvre<br>Brioche perdue                                  |
| LUNDI<br>05/10/2026                                                                                                                                                                 | MARDI<br>06/10/2026                                                                                                                            | MERCREDI<br>07/10/2026                                                                                            | JEUDI<br>08/10/2026                                                                                                                         | VENDREDI<br>09/10/2026                                                                                                             | SAMEDI<br>10/10/2026                                                                                          | DIMANCHE<br>11/10/2026                                                                                                          |
| Mâche aux croûtons<br>Rôti de veau sauce champignons<br>Gratin d'aubergines et pomme de terre à la tomate<br>Mini cabrette<br>Compote de pomme menthe du chef                       | Carottes râpées<br>Rôti de porc cuit au jus<br>Macaronis<br>Tomme noire<br>Poire                                                               | Salade de pomme de terre<br>Filet de poisson sauce vierge<br>Haricots plats<br>Tartare (ail fines herbes)<br>Kaki | Salade iceberg<br>Sauté de boeuf<br>Écrasé de pomme de terre BIO du chef à la fève tonka<br>Cancollotte IGP<br>Crumble aux pommes & basilic | Velouté de butternut (Jardins des Blanchots)<br>Poulet rôti au jus<br>Trio de Choux Romanesco<br>Skyr onctueux<br>Banane           | Salade de lentilles<br>Filet mignon de porc au caramel<br>Polenta<br>Fourme d'Ambert<br>Mousse au marron      | Museau en salade<br>Cocotte de noix de joue de boeuf<br>Gratin de blettes<br>Crèmeux de Bourgogne<br>Tarte aux pommes (du chef) |
| LUNDI<br>12/10/2026                                                                                                                                                                 | MARDI<br>13/10/2026                                                                                                                            | MERCREDI<br>14/10/2026                                                                                            | JEUDI<br>15/10/2026                                                                                                                         | VENDREDI<br>16/10/2026                                                                                                             | SAMEDI<br>17/10/2026                                                                                          | DIMANCHE<br>18/10/2026                                                                                                          |
| Chou rouge et pomme (fruit) aux graines de sésame<br>Filet de colin MSC beurre au citron<br>Gratin dauphinois<br>Comté (fruitière de Chevigny)<br>Gourmandise de Suzie à la vanille | Radis<br>Steak haché de boeuf au jus<br>Semoule aux petits légumes<br>Yaourt nature BIO de l'enil<br>Raisin blanc                              | Betterave et maïs en salade<br>Chili con carne<br>Riz<br>Cantal<br>Purée de pomme banane                          | Salade d'endives aux noix<br>Filet de poulet sauce curry<br>Purée de butternut<br>Yaourt aromatisé de la ferme de Suzie<br>Kiwi             | Salade iceberg<br>Sauté de porc à la provençale<br>Gratin de navets/carottes<br>Petit suisse (nature)<br>Cake citron pavot du chef | Poireaux vinaigrette<br>Paëlla<br>Riz (pour Paëlla)<br>Bûchette de chèvre<br>Pomme au four                    | Mortadelle<br>Cuisse de pintade au cidre<br>Choux de Bruxelles<br>Maroilles<br>Bavarois cappuccino                              |
| LUNDI<br>19/10/2026                                                                                                                                                                 | MARDI<br>20/10/2026                                                                                                                            | MERCREDI<br>21/10/2026                                                                                            | JEUDI<br>22/10/2026                                                                                                                         | VENDREDI<br>23/10/2026                                                                                                             | SAMEDI<br>24/10/2026                                                                                          | DIMANCHE<br>25/10/2026                                                                                                          |
| Céleri rémoulade<br>Omelette du chef<br>Pommes de terre cube aux herbes<br>Emmental<br>Eclair au café                                                                               | Salade de perles<br>Fish and chips et citron frais<br>Brocolis persillés<br>Yaourt aromatisé de l'Enil<br>Poire                                | Brocolis vinaigrette<br>Lasagnes au saumon<br>Gouda<br>Mousse au chocolat                                         | Macédoine mayonnaise<br>Blanquette de veau à l'ancienne<br>Carottes batonnets persillées<br>Yaourt nature de la mamellerie<br>Kaki          | Salade coleslaw<br>Emincé de dinde tex mex<br>Riz<br>Ortolan<br>Banane                                                             | Terrine de légumes<br>Tête de veau sauce gribiche<br>Pomme de terre vapeur<br>Coulommiers<br>Liégeois au café | Mousse de canard<br>Mitonné de boeuf<br>Navets glacés<br>Saint Nectaire<br>Millefeuille                                         |
| LUNDI<br>26/10/2026                                                                                                                                                                 | MARDI<br>27/10/2026                                                                                                                            | MERCREDI<br>28/10/2026                                                                                            | JEUDI<br>29/10/2026                                                                                                                         | VENDREDI<br>30/10/2026                                                                                                             | SAMEDI<br>31/10/2026                                                                                          | DIMANCHE<br>01/11/2026                                                                                                          |
| Crêpe à l'emmental<br>Filet de poulet sauce cajun<br>Coquillettes<br>Fromage blanc nature<br>Pomme                                                                                  | Velouté de légumes<br>Cuisse de canard au poivre vert<br>Lentilles du Jura au jus<br>Yaourt nature de l'enil<br>Oeufs à la neige crème anlaïse | Salade d'endives aux noix<br>Boeuf braisé<br>Haricots beurre<br>Tomme blanche<br>Kiwi                             | Mâche aux croûtons<br>Hachis parmentier façon grand-mère<br>Douceur de Polinois (de l'Enil)<br>Flan pâtissier                               | Salade de riz<br>Filet de lieu (poisson frais) sauce normande<br>Petits pois carotte au jus<br>Saint Paulin<br>Clémentine          | Friand à la viande<br>Coq au vin<br>Tagliatelles au beurre<br>Mini cabrette<br>Semoule au lait du chef        | Salade de cocos<br>Sauté d'agneau au thym<br>Pommes de terre boulangères<br>Saint Agur<br>Gâteau Basque                         |