

MENUS

NOM :
PRENOM :
Arrondissement :

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour

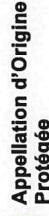


Semaine bleue : Les Régions de France

S40	Lundi Hauts de France 02-oct	Mardi PACA 03-oct	Mercredi Auvergne-Rhône-Alpes 04-oct	Jeudi Occitanie 05-oct	Vendredi Bourgogne-Franche Comté 06-oct	Samedi Nouvelle-Aquitaine 07-oct	Dimanche Normandie 08-oct
	Salade de chou rouge aux pommes	Salade de riz à la niçoise	Salade iceberg à la vinaigrette	Rillettes du chef aux sardines et citron	Saucisson à l'ail et cornichon	Salade de blé sauce ail et fines herbes	Chou-fleur ravigote
	Aiguillettes de poulet sauce maroilles	Marmite de poisson façon bouillabaisse	Gâteau de foie de volaille	Cassoulet	Paleron de bœuf à la dijonnaise	Merlu à l'huile d'olive	Tripes à la mode de caen
	Pommes de terre sautées	Poêlée méridionale	Quenelles	/	Coquillettes	Piperade	Purée de pommes de terre crème et muscade
	Fromage frais Fraidou	Yaourt nature	Cervelle de Canuts	Montcadi crouûte noire	Comté AOP	Petit fromage frais	Pont l'Evêque AOP
Liégeois saveur café	Fruit de saison	Cake du chef aux pralines	Crème dessert saveur caramel	Fruit de saison	Pruneaux au sirop léger	Tarte aux pommes normande	

S40	☐	Lundi 02-oct	☐	Mardi 03-oct	☐	Mercredi 04-oct	☐	Jeudi 05-oct	☐	Vendredi 06-oct	☐	Samedi 07-oct	☐	Dimanche 08-oct
MENU B		Terrine de poisson sauce cocktail		Carottes râpées à la vinaigrette		Croisillon au fromage		Salade de pâtes milanaise		Taboulé		Champignons à la grecque		Salade de pois chiches
		Tarte aux légumes (aubergine, poivron rouge, courgette)		Sauté de veau au jus		Œufs durs sauce mornay		Hoki au coulis de légumes		Crispidor à l'emmental		Côte de porc au jus		Feuilleté de poisson au beurre blanc
		Légumes racines glacés		Cavatappi		Epinards à la crème		Courgettes persillées		Jardinière de légumes		Lentilles		Carottes
		Mimolette		Cantal AOP		Camembert		Petit fromage frais		Fromage frais Petit moulé		Edam		Fromage blanc
		Purée pomme-coing individuelle		Cocktail de fruits au sirop léger		Cake du chef aux pralines		Fruit de saison		Eclair au chocolat		Pruneaux au sirop léger		Tarte aux pommes normande

POTAGE	Potage de légumes variés	Potage de haricots beurre	Potage de légumes variés	Potage de céleri	Potage de légumes variés	Bouillon de vermicelles	Potage de légumes variés
--------	--------------------------	---------------------------	--------------------------	------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------



MENUS OCTOBRE 2023

NOM :
PRENOM :
Arrondissement :



Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour

S41	Lundi 09-oct	Mardi 10-oct	Mercredi Menu du terroir 11-oct	Jeudi 12-oct	Vendredi 13-oct	Samedi 14-oct	Dimanche 15-oct
MENU A	Macédoine à la mayonnaise	Betteraves à la vinaigrette Rôti de porc sauce aigre-douce	Salade de tomates à la vinaigrette Poulet façon coq au vin	Salade de lentilles à la vinaigrette Bœuf braisé au jus	Terrine forestière et cornichon Merlu sauce crevettes	Salade de pommes de terre à l'estragon Œufs brouillés du chef aux fines herbes	Fenouil sauce gribiche Tajine de volaille
	Lasagnes au saumon	Julienne de légumes Saint-Nectaire AOP	Penne Edam	Carottes au beurre Bleu	Riz créole Fromage blanc	Salsifis à la tomate Chamois d'or	Semoule Emmental
	Petit fromage frais						
	Cubes de poires au sirop léger	Riz au lait	Tarte Tropicézienne	Fruit de saison	Abricots au sirop léger	Fruit de saison	Tarte aux prunes

S41	Lundi 09-oct	Mardi 10-oct	Mercredi 11-oct	Jeudi 12-oct	Vendredi 13-oct	Samedi 14-oct	Dimanche 15-oct
MENU B	Salade soissonnaise (haricots blancs) Escalope de dinde au jus Poireaux béchamel Mimolette	Salade iceberg à la vinaigrette Hoki sauce aurore Polenta crémeuse	Maquereaux au vin blanc Tarte aux fromages (mozzarella, emmental, fromage blanc) Haricots plats aux oignons Yaourt aromatisé	Raïta de concombres Cubes de poisson blanc sauce persane Céréales gourmandes Fromage frais Petit cotentin	Crêpe au fromage Boulettes de mouton sauce catalane Blettes persillées Brie	Salade de cœurs de palmier Sauté de bœuf sauce mangou Torsades Saint-Paulin	Cake du chef aux olives Saucisse de Toulouse Poêlée campagnarde Yaourt nature
		Fromage frais Cantafrais	Tarte Tropicézienne	Mousse saveur marron	Fruit de saison	Lacté saveur vanille nappé au caramel	Tarte aux prunes
		Liégeois saveur chocolat					
	Fruit de saison						
POTAGE	Velouté d'épinards	Potage de légumes variés	Potage parmentier	Potage de légumes variés	Potage de petits pois	Potage de légumes variés	Soupe minestrone



Vienne Française



Produit de la mer durable



Charolais



Appellation d'Origine Protégée

MENUS OCTOBRE 2023

NOM :
PRENOM :
Arrondissement :

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour



	Lundi 16-oct	Mardi 17-oct	Mercredi Menu du terroir 18-oct	Jeudi 19-oct	Vendredi Repas créole 20-oct	Samedi 21-oct	Dimanche 22-oct
S42	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Carottes râpées à la vinaigrette	Taboulé	Mousse de foie et cornichons	Salade iceberg à la vinaigrette	Légumes achards (céleri, carotte, haricot vert, maïs)	Terrine de légumes et mayonnaise	Salade de riz arlequin
	Estouffade de bœuf à la niçoise	Filet de Colin d'Alaska meunière	Rôti de veau sauce marengo	Aiguillettes de poulet sauce safranée	Rougail saucisses	Steak haché de bœuf sauce au bleu	Pavé de saumon sauce crème
	Pommes de terre vapeur	Brocolis en gratin	Blé tendre	Pommes paillason	Riz	Coquillettes	Duo de courgettes
	Montcadi crouûte noire	Bûchette mi chèvre	Pont l'Evêque AOP	Saint Paulin	Camembert	Yaourt aromatisé	Fromage frais Cantafrais
MENU A	Pruneaux au sirop léger	Fruit de saison	Flan pâtissier	Purée pomme-coing individuelle	Gâteau du chef aux patates douces	Fruit de saison	Tarte au chocolat
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Sardines et citron	Poireaux vinaigrette	Emincé de radis et maïs à la vinaigrette	Risetti au pesto	Salade de pois-chiches au cumin	Feuilleté au chèvre	Salade de fonds d'artichauts
	Quenelles sauce armoricaine	Rôti de dinde aux oignons	Merlu sauce matelote	Croûti fromage et Emmental (Emmental, Mozzarella)	Tomates farcies	Hoki sauce citron	Jambonneau sauce madère
	Haricots verts à l'ail	Farfalles	Jardinière de légumes	Légumes racines glacés	/	Chou-fleur en gratin	Polenta crémeuse
MENU B	Gouda	Bûchette mi chèvre	Pont l'Evêque AOP	Fromage frais petit moulu	Mimolette	Edam	Cantal AOP
	Pruneaux au sirop léger	Purée pomme-banane individuelle	Flan pâtissier	Fruit de saison	Purée de pommes individuelle	Crème dessert saveur caramel	Tarte au chocolat
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Potage de légumes variés	Crème à l'oseille	Potage de légumes variés	Potage de brocolis	Potage de légumes variés	Potage de haricots beurre	Potage Crécy (carottes)
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
POTAGE							



Vienne Française



Produit de la mer durable



Charolais



Appellation d'Origine Protégée

MENUS

OCTOBRE 2023

NOM :
PRENOM :
Arrondissement :

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour



S43	Lundi 23-oct	Mardi 24-oct	Mercredi Menu du terroir 25-oct	Jeudi 26-oct	Vendredi 27-oct	Samedi 28-oct	Dimanche 29-oct
MENU A	Flamiche de poireaux	Salade de haricots verts à la vinaigrette	Macédoine à la mayonnaise	Salade de tomates fromage blanc et menthe	Cervelas et cornichons	Betteraves vinaigrette	Fenouil sauce rémoulade
	Hoki sauce persane	Sauté de porc sauce aux olives	Célerimontier de canard	Sauté de bœuf sauce bordelaise	Merlu sauce dieppoise	Saucisse de Toulouse	Cuisse de poulet sauce célestine
	Carottes persillées	Semoule	/	Penne	Cordiale de légumes	Lentilles au jus	Gratin de potiron
	Bleu	Mimolette	Yaourt nature	Saint Nectaire AOP	Brie	Cœur de dame	Fromage frais Rondelé aux poivres
	Fruit de saison	Lacté saveur vanille nappé au caramel	Choux chocolat noisette	Purée de pommes du chef	Tarte pomme rhubarbe	Fruit de saison	Cake du chef aux poires

S43	Lundi 23-oct	Mardi 24-oct	Mercredi 25-oct	Jeudi 26-oct	Vendredi 27-oct	Samedi 28-oct	Dimanche 29-oct
MENU B	Chou rouge mariné	Friand au fromage	Salade iceberg à la vinaigrette	Salade de haricots blanc ravigote	Chou blanc aux agrumes	Surimi mayonnaise	Salade de cœurs de palmier
	Haché de veau au jus	Oufs durs à la florentine	Colin d'Alaska sauce moutarde à l'ancienne	Courgettes farcies	Escalope de dinde sauce suprême	Pizza aux fromages (mozzarella, emmental)	Dos de cabillaud sauce verte
	Pommes duchesse	Epinards béchamel	Pôlée campagnarde	/	Riz créole	Haricots beurre	Tagliatelles
	Bleu	Petit fromage frais	Emmental	Camembert	Fromage frais Fraidou	Yaourt nature	Edam
	Compote pomme-abricot individuelle	Cocktail de fruits au sirop léger	Choux chocolat noisette	Fruit de saison	Purée pomme-coing individuelle	Mousse saveur citron	Cake du chef aux poires

POTAGE	Potage de potiron	Potage de légumes variés	Velouté de champignons	Potage de légumes variés	Potage de petits pois	Potage de légumes variés	Velouté de cresson
--------	-------------------	--------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	--------------------------	--------------------



Vienne Française



Produit de la mer durable



Charolais



Appellation d'Origine Protégée

NOM :
PRENOM :
Arrondissement :

MENUS

OCTOBRE 2023

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour



S44	Lundi 30-oct	Mardi 31-oct	Mercredi Menu du terroir 01-nov	Jeudi 02-nov	Vendredi 03-nov	Samedi 04-nov	Dimanche 05-nov
MENU A	☐ Carottes cuites aux épices	☐ Taboulé oriental	☐ Chou-fleur vinaigrette	☐ Salade iceberg à la vinaigrette	☐ Quiche au fromage	☐ Terrine de légumes et mayonnaise	☐ Champignons à la grecque
	☐ Rognons de bœuf sauce madère	☐ Hoki sauce persillée	☐ Boudin aux pommes	☐ Boulettes de mouton au jus	☐ Rôti de dinde sauce barbecue	☐ Saumon sauce aneth	☐ Paleron de bœuf au jus
	☐ Macaroni	☐ Gratin de légumes	☐ Purée de pommes de terre crème et muscade	☐ Haricots lingot sauce tomate	☐ Poêlée minestrone	☐ Cavatappi	☐ Blettes sauce mornay
	☐ Yaourt aromatisé	☐ Leerdammer	☐ Bleu	☐ Cantal AOP	☐ Bûchette mi chèvre	☐ Fromage frais Fraidou	☐ Fromage blanc
	☐ Fruit de saison	☐ Liégeois saveur café	☐ Eclair au chocolat	☐ Purée pomme-coing individuelle	☐ Mousse saveur marron	☐ Fruit de saison	☐ Tarte noix de coco

S44	Lundi 30-oct	Mardi 31-oct	Mercredi 01-nov	Jeudi 02-nov	Vendredi 03-nov	Samedi 04-nov	Dimanche 05-nov
MENU B	☐ Salade de fonds d'artichauts	☐ Saucisson à l'ail et cornichons	☐ Croisillon au fromage	☐ Œuf dur mayonnaise	☐ Poireaux à la vinaigrette	☐ Salade de petits pois fèves feta et menthe	☐ Salade asiatique
	☐ Cervelas obernais	☐ Alguillettes de poulet sauce maroilles	☐ Cassolette de cubes de poisson blanc et moules	☐ Quenelles sauce normande	☐ Steak haché sauce échalote	☐ Colombo de porc	☐ Merlu sauce aurore
	☐ Poêlée chinoise	☐ Riz	☐ Haricots plats aux oignons	☐ Légumes racines glacés	☐ Polenta crémeuse	☐ Carottes au beurre	☐ Pommes duchesse
	☐ Brie	☐ Chamois d'or	☐ Fromage blanc	☐ Cœur de dame	☐ Bûchette mi chèvre	☐ Petit fromage frais	☐ Saint-Nectaire AOP
	☐ Purée de poires individuelle	☐ Fruit de saison	☐ Eclair au chocolat	☐ Salade de fruits individuelle	☐ Fruit de saison	☐ Crème dessert saveur caramel	☐ Tarte noix de coco

POTAGE	Potage de légumes variés	Potage parmentier	Potage de légumes variés	Potage Crécy (carottes)	Potage de légumes variés	Crème à l'oseille	Potage de légumes variés
--------	--------------------------	-------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------	-------------------	--------------------------



Viande Française



Produit de la mer durable



Charolais



Appellation d'Origine Protégée