

MENU JANVIER 2025

SEMGEST

les Gourmands
RESTAURATION COLLECTIVE

VEGETARIEN

LOCAVORE

A THEME

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SEMAINE du

06 AU 10

Salade de pommes de terre
OU Salade de blé du soleil
Filet de colin sauce beurre
citron
Julienne de légumes BIO
Emmental OU Edam
Kiwi OU Orange

Carotte râpée BIO
vinaigrette
Boeuf bourguignon
Haricots verts BIO
Babybel BIO
Riz au lait

Potage de légumes du chef
Omelette BIO sauce
champignons
Pommes vapeurs persillées
Petit-suisse aromatisé BIO OU
Petit-suisse nature BIO et sucre
Poire OU Pomme

MENU A THEME : GALETTE DES ROIS
Endives BIO vinaigrette
Saucisse de Toulouse fumée OU
Saucisse de volaille
Lentilles
Fromage blanc nature BIO et
sucre
Galette des Rois

Salade mêlée vinaigrette OU
Choux rouges vinaigrette au
miel
Filet de Hoki sauce nantua
Semoule BIO
Tartare nature OU Chèvreteine
Raisins OU Banane

SEMAINE du

13 AU 17

Velouté Dubarry
Escalope de dinde aux 4
épices
Riz
Gouda OU Mimolette
Orange OU Pomme

Salade de carottes râpées OU
Salade de chou blanc
Poulet au jus aux herbes
Farfalles BIO
Yaourt nature BIO et sucre OU
Petit-suisse nature BIO et sucre
Kiwi OU Clémentine

Taboulé BIO OU Salade de pâtes
BIO
Sauté de boeuf aux oignons
Brocolis persillés
Camembert OU Coulommiers
Purée de pomme et abricot BIO OU
Purée de pomme et banane BIO

MENU A THEME : FROMAGE
Velouté potiron/potimarron
BIO et vache qui rit
Pâte Teddy Cheese BIO sauce
fromagère
Rondelé Président 3 Poivres
Brownie du chef

Salade mêlée BIO et feta vinaigrette
OU Céleri râpé BIO vinaigrette
Filet de cabillaud sauce
armoricaine
Carottes braisées
Yaourt citron fraise BIO OU
Petit-suisse fruité BIO
Banane BIO OU Ananas BIO

SEMAINE du

20 AU 24

Salade de pois chiches, tomates
BIO vinaigrette
Emincé de poulet sauce
normande
Carottes braisées BIO
Fromage blanc nature BIO et
sucre
Pomme BIO

Velouté de courgettes
Filet de colin sauce aneth
Riz BIO
Edam OU Gouda
Clémentine OU Kiwi

Chou rouge vinaigrette OU
Endives vinaigrette
Sauté de veau sauce moutarde
Coquillettes BIO
St Nectaire OU Brie
Purée de pomme BIO OU Purée
de pomme et abricot BIO

Radis beurre OU Carottes
râpées vinaigrette à l'orange
Galette de lentilles BIO
Légumes à l'orientale
Vache qui rit BIO OU Babybel
BIO
Poire OU Orange

Rosette et cornichons OU
Roulade de volaille aux olives
Poisson pané et citron
Cordiale de légumes
Yaourt aromatisé BIO OU
Petit-suisse aromatisé BIO
Pomme OU Banane

SEMAINE du

27 AU 31

Potage de légumes BIO
Sauté de boeuf sauce
champignons
Quinoa
Mimolette OU Emmental
Orange OU Kiwi

Carottes râpées BIO vinaigrette
OU Choux rouges BIO
vinaigrette
Curry de pois chiche et carottes
Semoule BIO
Fromage blanc BIO et sucre OU
Yaourt nature BIO et sucre
Kiwi OU Poire

Salade mêlée BIO vinaigrette
persil OU Concombre BIO
vinaigrette
Steak haché stick ketchup
Haricots beurre BIO persillés
Gouda OU Edam
Moelleux à la fleur d'oranger du
chef

MENU A THEME : NOUVELAN CHINOIS
Nems aux légumes
Sauté de poulet sauce aigre douce
Wok de légumes et nouilles de riz
Petit-suisse nature BIO et sucre
Mangue au sirop

Potage Crécy
Filet de Hoki sauce curry
Chou-fleur BIO et pomme
de terre
Cantal OU Gouda
Ananas BIO OU Banane BIO

Les menus sont susceptibles d'être modifiés selon les approvisionnements.

