

# MENU DE LA SEMAINE

Menus Septembre/Octobre - Semaine du 04 au 08 Septembre 2023

LUNDI

MARDI

MERCREDI

 JEUDI  
BURGER

VENDREDI

ENTREES

PLATS  
DU JOUR

ACCOMPA  
GNEMENTS

LAITAGES

DESSERTS

 Concombres BIO sauce tzatziki  
Pastèque  
Salade de blé méditerranée  
Salade verte  à la vinaigrette

 Cuisse de poulet sauce bressane  
Colin d'Alaska pané 

Boulgour  
Chou-fleur

Assortiment de laitages  
Saint-Paulin

 Corbeille de fruits BIO  
Salade de fruits frais  
Cake aux pommes  


Brocolis aux amandes  
Betteraves à la vinaigrette  
Crêpe aux champignons  
Salade verte  à la vinaigrette

Hamburger  
Fish burger

Frites  
Ratatouille

Assortiment de laitages  
Carré  BIO

 Corbeille de fruits BIO  
Ananas frais  
Donuts

Melon  
Œuf dur à la mayonnaise  
Salade de cœur de palmier  
Salade verte  BIO à la vinaigrette

 Sauté de bœuf au jus  
Boulettes de soja sauce basilic 

Semoule  
Carottes au jus

Assortiment de laitages  
Comté AOP 

 Corbeille de fruits BIO  
Lacté saveur vanille  
Tarte pomme-rhubarbe



NOUVELLE  
RECETTE

A FOND  
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS  
EQUILIBRE

  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

# MENU DE LA SEMAINE

Menus Septembre/Octobre - Semaine du 11 au 15 Septembre 2023

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTREES

Salade de pommes de terre au pesto  
Saucisson sec et cornichon  
Taboulé  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Melon  
Céleri râpé sauce rémoulade  
Salade asiatique  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Betteraves à la vinaigrette  
Macédoine à la mayonnaise  
Chou-fleur sauce ravigote  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Salade de tomates à la vinaigrette  
Concombres à la vinaigrette  
Carottes râpées à la vinaigrette  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

PLATS DU JOUR

Saucisse de Toulouse  
Hoki sauce matelote 

 Chili sin carne  
Confit de légumes et haricots rouges 

 Boulettes de bœuf sauce tomate et cumin  
Marmite de cubes de poisson blanc sauce curry 

 Sauté de dinde sauce bressane  
**Omelette aux fines herbes**  

ACCOMPAGNEMENTS

 Macaroni BIO  
Purée de légumes

Riz créole  
Haricots beurre

 Semoule BIO  
Blettes persillées

Blé tendre  
Brocolis

LAITAGES

Assortiment de laitages  
Emmental

Assortiment de laitages  
Edam BIO 

Assortiment de laitages  
Mimolette

Assortiment de laitages  
Montcadi croûte noir

DESSERTS

 Corbeille de fruits BIO  
Salade de fruits frais  
Gaufre au sucre

 Corbeille de fruits BIO  
Purée pomme-banane    
Crumble pêches-fruites rouges

 Corbeille de fruits BIO  
Compote fruits de saison    
Muffin saveur vanille aux pépites de chocolat

 Corbeille de fruits BIO  
Smoothie pomme-cassis  
Tarte flan à l'abricot

NOUVELLE  
RECETTE

A FOND  
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS  
EQUILIBRE

sodexo  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE



# MENU DE LA SEMAINE

Menus Septembre/Octobre - Semaine du 18 au 22 Septembre 2023

ENTREES

PLATS  
DU JOUR

ACCOMPA  
GNEMENTS

LAITAGES

DESSERTS

## LUNDI KEBAB

Salade coleslaw  
Radis beurre  
Macédoine à la mayonnaise  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Kebab de volaille  
Kebab au thon

Frites  
Haricots verts

Assortiment de laitages  
Bleu d'Auvergne AOP 

Corbeille de fruits BIO   
Lacté saveur chocolat  
Chausson aux pommes

## MARDI

Taboulé BIO (semoule BIO)   
Salade de pommes de terre à l'échalote  
Rillettes de thon    
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Bolognaise de bœuf   
Œufs durs à la florentine 

Penne  
Epinards

Assortiment de laitages  
Brie BIO 

Corbeille de fruits BIO   
Ananas frais  
Eclair saveur vanille

## MERCREDI

## JEUDI

Melon  
Salade de tomates à la vinaigrette  
Salade de fonds d'artichauts  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Gratin de pommes de terre, courgettes, ricotta et curcuma (plat complet)   
Quenelles sauce coulis de légumes 

Pommes de terre lamelles  
Courgettes à l'ail

Assortiment de laitages  
Camembert

Corbeille de fruits BIO   
Crème dessert saveur vanille  
Cake aux pépites de chocolat  

## VENDREDI

 Tartinade de légumes  
Céleri râpé aux pommes et vinaigrette au miel  
Salade de pois chiches au cumin  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Rôti de porc au jus   
Fileté de Colin d'Alaska meunière 

Riz créole  
Purée de potiron

Assortiment de laitages  
Gouda BIO 

Corbeille de fruits BIO   
Salade de fruits frais  
Cake à la châtaigne  

NOUVELLE  
RECETTE

A FOND  
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS  
EQUILIBRE

sodexo  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE



# MENU DE LA SEMAINE

Menus Septembre/Octobre - Semaine du 25 au 29 Septembre 2023

LUNDI



MARDI  
PIZZA

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTREES

Salade de pommes de terre à la ciboulette  
Chou-fleur à la vinaigrette  
Salade de lentilles à l'échalote  
Salade verte BIO à la vinaigrette

Salade de tomates à la vinaigrette  
Céleri râpé sauce rémoulade  
Emincé de radis et maïs à la vinaigrette

Pâté de campagne et cornichon  
Œuf dur à la mayonnaise  
Fenouil sauce rémoulade  
Salade verte BIO à la vinaigrette

Concombres BIO à la vinaigrette  
Salade de cœur de palmier  
Crêpe aux champignons  
Salade verte BIO à la vinaigrette

PLATS DU JOUR

Sauté de dinde sauce paprika  
Feuilleté de poisson au beurre blanc

Pizza reine  
Pizza aux fromages

Diots de Savoie au jus  
Merlu sauce basquaise

Hachi parmentier de légumes végétarien (plat complet)  
Nuggets de blé

ACCOMPAGNEMENTS

Semoule  
Haricots beurre

Pommes de terre persillées  
Salade verte BIO à la vinaigrette

Coquillettes  
Petits pois

Polenta crémeuse  
Purée de légumes

LAITAGES

Assortiment de laitages  
Coulommiers BIO

Assortiment de laitages  
Saint Nectaire AOP

Assortiment de laitages  
Bleu d'Auvergne AOP

Assortiment de laitages  
Emmental

DESSERTS

Corbeille de fruits BIO  
Abricots au sirop léger  
Donuts

Corbeille de fruits BIO  
Purée pomme-ananas   
Muffin saveur vanille aux pépites de chocolat

Corbeille de fruits BIO  
Crème dessert saveur chocolat  
Beignet fourré à la pomme

Corbeille de fruits BIO  
Purée de poires  
Cake nature

NOUVELLE  
RECETTE

Cake tomate, feta,  
graine de courge

A FOND  
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS  
EQUILIBRE

sodexo  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE



# MENU DE LA SEMAINE

Menus Septembre/Octobre - Semaine du 02 au 06 Octobre 2023

ENTREES

PLATS  
DU JOUR

ACCOMPAGNEMENTS

LAITAGES

DESSERTS

## LUNDI PASTA PARTY

Macédoine à la mayonnaise  
Légumes achards  
Salade de chou rouge aux  
pommes  
Salade verte BIO à la  
vinaigrette 

Carbonara   
Sauce aux 3 fromages (bleu,  
mozzarella, parmesan)  
Sauce bolognaise de légumes

Penne BIO   
Légumes racines glacés

Assortiment de laitages  
Mimolette

Corbeille de fruits BIO   
Purée pomme-coing  
Crumble pêches-fruites rouges

## MARDI

Carottes râpées à la vinaigrette  
Radis beurre  
Salade de riz niçois  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Aiguillettes de poulet au jus   
Marmite de cubes de poisson   
blanc sauce bouillabaisse

Boulgour  
Brocolis BIO en gratin 

Assortiment de laitages  
Brie

Corbeille de fruits BIO   
Cocktail de fruits au sirop léger  
Cake aux pralines 

## MERCREDI

## JEUDI

Concombres à la vinaigrette  
Saucisson à l'ail et cornichon  
Taboulé  
Salade verte BIO à la vinaigrette 

Dahl de lentilles   
Œuf dur sauce tomate 

Riz créole  
Jardinière de légumes

Assortiment de laitages  
Emmental

Corbeille de fruits BIO   
Ananas frais  
Eclair saveur chocolat

## VENREDI

Salade de blé sauce ail et fines  
herbes  
Salade de risetti au pistou  
Chou-fleur sauce ravigote  
Salade verte BIO à la  
vinaigrette 

Cordon bleu de dinde   
Colin d'Alaska pané 

Purée de pommes de terre  
Carottes

Assortiment de laitages  
Carré BIO 

Corbeille de fruits BIO   
Lacté saveur vanille  
Tarte aux pommes Normande

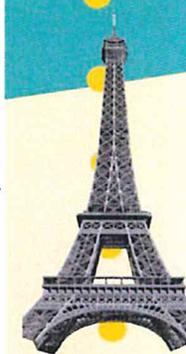
NOUVELLE  
RECETTE

A FOND  
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS  
EQUILIBRE

sodexo  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE



# MENU DE LA SEMAINE

Menus Septembre/Octobre - Semaine du 09 au 13 Octobre 2023  
LA SEMAINE DU GOÛT

- ENTREES
- PLATS DU JOUR
- ACCOMPAGNEMENTS
- LAITAGES
- DESSERTS

	LUNDI AUSTRALIE ET LE VOLLEY BALL	MARDI JAPON ET LE JUDO	MERCREDI	JEUDI FRANCE ET LE CYCLISME	VENDREDI ARGENTINE ET L'ESCALADE
ENTREES	Salade Australienne (betteraves, feta, noix de cajou) Macédoine à la mayonnaise Salade soissonnaise Salade verte BIO à la vinaigrette	Chou blanc à la vinaigrette Crêpe aux champignons Pomelos Salade verte BIO à la vinaigrette		Salade niçoise (thon, œuf, haricots verts) Terrine forestière et cornichon Salade de cœur de palmier Salade verte BIO à la vinaigrette	Cake aux olives Fenouil sauce gribiche Chou-fleur à la vinaigrette Salade verte BIO à la vinaigrette
PLATS DU JOUR	Escalope de dinde au jus Beignet stick mozzarella sauce barbecue	Rôti de porc sauce aigre douce Hoki sauce aurore		Steak haché de bœuf au jus Fileté de Colin d'Alaska meunière	Gratin de macaroni, butternut, cheddar et mozzarella (plat complet) Confit de légumes et haricots rouges
ACCOMPAGNEMENTS	Pommes de terre rôsti aux légumes Poireaux à la béchamel	Poêlée asiatique et Riz		Frites Petits pois BIO	Macaroni Curry de butternut
LAITAGES	Assortiment de laitages Coulommiers	Assortiment de laitages Saint Nectaire AOP		Assortiment de laitages Cantal AOP	Assortiment de laitages Emmental
DESSERTS	Corbeille de fruits BIO Salade de fruits frais Donuts	Corbeille de fruits BIO Salade ananas-litchi au sirop léger Tarte à la noix de coco		Corbeille de fruits BIO Purée de pommes Cake marbré	Corbeille de fruits BIO Crème dessert saveur caramel Brownie



**NOUVELLE RECETTE**

Salade de lentilles à l'africaine

A FOND L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS EQUILIBRE

# MENU DE LA SEMAINE

Menus Septembre/Octobre - Semaine du 16 au 20 Octobre 2023

LUNDI

MARDI  
NUGGETS

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

ENTREES

Salade de lentilles à l'échalote  
Sardines et citron  
Carottes râpées à la vinaigrette  
Salade verte BIO à la vinaigrette

Salade coleslaw BIO  
Radis beurre  
Tartinade de légumes Préparé en cuisine  
Salade verte BIO à la vinaigrette

Céleri râpé sauce rémoulade  
Salade de pois chiches au cumin  
Pomelos  
Salade verte BIO à la vinaigrette

Salade de pommes de terre sauce piémontaise  
Boullgour en salade  
Salade de fonds d'artichauts  
Salade verte BIO à la vinaigrette

PLATS DU JOUR

Kefta de mouton sauce tomate  
Merlu sauce citron

Nuggets de poulet  
Crispidor à l'emmental

Bolognaise de bœuf  
Colin d'Alaska sauce ciboulette

Préparé en cuisine  
Omelette nature  
Boulettes de soja sauce basilic

ACCOMPAGNEMENTS

Semoule  
Haricots verts BIO

Frites  
Purée de légumes

Coquillettes  
Navets braisés

Polenta crémeuse  
Petits pois

LAITAGES

Assortiment de laitages  
Morbier AOP

Assortiment de laitages  
Bûchette lait de mélange (chèvre et vache)

Assortiment de laitages  
Camembert

Assortiment de laitages  
Cantal AOP

DESSERTS

Corbeille de fruits BIO  
Crème dessert saveur vanille  
Cookie aux pépites de chocolat

Corbeille de fruits BIO  
Purée pomme-banane  
Tarte au citron

Corbeille de fruits BIO  
Compote pomme-poire Préparé en cuisine  
Gâteau à la patate douce Préparé en cuisine

Corbeille de fruits BIO  
Salade de fruits frais  
Tarte au chocolat



NOUVELLE  
RECETTE

A FOND  
L'EQUILIBRE



SUGGESTIONS  
EQUILIBRE

sodexo  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE