



# Menu

**Restaurant Self-Service**  
de 11h45 à 13h15 et de 19h30 à 20h00

**Semaine du 1 au 5 Octobre 2018**

Déjeuner

**lundi 1 octobre**

Dîner

**Pavé de poisson à la bordelaise**  
**Hachis parmentier, salade**  
**Filet de poulet au chou rouge**  
Poêlée méridionale  
Carottes aux lardons  
Pommes persillées  
Frites

**Dos de colin, sauce vert mer**  
**Jambon bruni, sauce au porto**  
**Spaghetti bolognaise**  
Poêlée de légumes  
Spaghetti

Déjeuner

**mardi 2 octobre**

Dîner

**Filet de lieu à la parmesane**  
**Faux filet grillé, beurre maître d'hôtel**  
**Sauté de porc à l'espagnole**  
Haricots verts à la portugaise  
Gratin de côtes de blettes  
Riz à l'espagnole  
Frites

**Pavé de poisson bordelais**  
**Kebab, salade**  
**Rôti de dinde, sauce forestière**  
Haricots verts  
Frites

Déjeuner

**mercredi 3 octobre**

Dîner

**Calamars à la romaine, sauce gribiche**  
**Gigot d'agneau, sauce aux herbes**  
**Bourguignon**  
Flageolets  
Gratin de choux-fleurs  
Coquillettes  
Frites

**Parmentier de cabillaud, salade**  
**Quiche lorraine**  
**Poulet rôti et son jus de poulet à l'estrago**  
Petits pois carottes  
Riz

Déjeuner

**jeudi 4 octobre**

Dîner

**Pavé de saumon rôti, sauce Victoria**  
**Paëlla valencienne**  
**Omelette aux lardons, salade**  
Poêlée forestière  
Ratatouille  
Riz au safran  
Frites

**Filet de poisson meunière**  
**Sauté de dinde au cidre et pommes caran**  
**Saucisse grillée**  
Choux de bruxelles  
Purée

Déjeuner

**vendredi 5 octobre**

Dîner

**Filet de poisson meunière**  
**Tajine de veau aux oignons, miel et safran**  
**Escalope de porc, sauce Robert**  
Jardinière de petits légumes  
Céréales méditerranéennes  
Pommes persillées  
Frites

**Emincé de poulet, sauce au curry**  
**Calamars à la romaine**  
Poêlée de légumes  
Pommes rissolées

**Saveurs et équilibre** : chaque jour, nous confectionnons des entrées, des desserts et des plats en fonction des fruits et légumes de saison. Chacun peut composer le plateau qui lui convient parmi plusieurs formules proposées avec 3 plats garnis au choix (1 à base de poisson et 2 à base de viande).



**Protéines**



**Fruits et légumes**



**Féculents**



Produits issus de  
l'agriculture biologique