


FROMAGES DE CARACTERES ET VARIATIONS SUR LA POMME

MENU DU 13 AU 17 OCTOBRE 2014

LUNDI 13


Salade verte
 Boulgour aux 3 pommes 🍏 Terrine aux 3 légumes
 Poisson crétois 🍏 Chipolata aux herbes
 Brocoli en persillade
 Comte AOP (appellation origine protégée)
 Yaourt nature BIO 🍏 Yaourt aux fruits
 Pomme en compote

MARDI 14


Salade verte
 Pousses d'épinard en salade 🍏 Salade de courgette
 en tapenade
 Navarrin d'agneau aux pommes 🍏 / Brochettes de
 poisson sauce hollandaise
 Semoule au beurre
 Cantal AOP
 Tarte normande 🍏 tarte à la rhubarbe 🍏 Orange

MERCREDI 15


Salade verte
 Tomate antiboise 🍏 Asperge vinaigrette
 Cabillaud pomme-curry
 Pomme vapeur ciboulette
 Roquefort
 Pomme au four 🍏 Mousse au chocolat 🍏 Raisin

JEUDI 16


Salade Verte 🍏 Salade du Pirée 🍏 / Carotte râpée
 Estouffade de bœuf au cidre . Steak de thon basquaise
 Coquillettes au fromage
 ST Nectaire AOP
 Liégeois au chocolat / Crème dessert vanille
 Pomme bicolore

VENDREDI 17


Salade Verte Pois chiche en salade
 Céleri rémoulade-pomme Grany Smith 🍏
 Poulet sauce citron 🍏 Nuggets de poisson sauce tartare
 Carottes Vichy
 Munster
 Beignet aux pommes 🍏 fromage blanc -fruits
 Banane --- 🍏 Jus de pomme 🍏

En complément cette semaine ► colin grillé tomate - sauge // légumes méditerranéens