

Plats du jour du 29 Septembre au 30 Octobre 2020

Mardi 29	Couscous Royal, volaille, agneau, merguez
Mercredi 30	Saumon grillé, riz vénéré en risotto et cébettes, chou pak-choï, ravigote mangue et coriandre
Jeudi 1er	Poulet rôti, gratin Dauphinois et haricots verts, jus de rôti
Vendredi 2	Filet de bar poêlé, quinoa aux herbes et agrumes, chou pak-choï, beurre nantais
Mardi 6	Petit salé aux lentilles, jus grassouillet
Mercredi 7	Dos de lieu noir en papillote, courgettes et fenouil confits, riz basmati, sauce à l'anis étoilé
Jeudi 8	Lasagnes à la bolognaise et vieux gruyère, salade verte et légumes croquants
Vendredi 9	Moules Marinières, frites et salade verte
Mardi 13	Carré de porc rôti entier, sauce charcutière, tourte berrichonne et haricots cocos
Mercredi 14	Soufflé de brochet, sauce au vin blanc, julienne de légumes automnale, riz pilaw
Jeudi 15	Lapin à la moutarde, tagliatelles, haricots longs cocos
Vendredi 16	Risotto de fruits de mer
Mardi 20	Navarin d'agneau et petits légumes, écrasée de pommes de terre à la cive
Mercredi 21	Wok de gambas, nouilles chinoises et sauce au curry rouge
Jeudi 22	Aiguillette de rumsteck rôti, pommes de terre en papillote, endive Milanaise, jus grassouillet
Vendredi 23	Filet de merlan poêlé, tombée d'épinards au chorizo, graines d'épeautre, bisque
Mardi 27	Pot au feu de bœuf et os moëlle, légumes d'Antan
Mercredi 28	Sauté de veau marengo et pommes purée
Jeudi 29	Croziflette, salade verte et copeaux de jambon cru
Vendredi 30	Filet de truite Meunière, graines de couscous à l'huile d'olive, citron et marjolaine, jeunes légumes