Menu du **lundi 18/01/2021** au **samedi 23/01/2021**

e-Self'O Centre-Val de Loire

Lundi 18/01/2021	Mardi 19/01/2021	Mercredi 20/01/2021	Jeudi 21/01/2021	Vendredi 22/01/2021	Samedi 23/01/2021
DÉJEUNER					
Salade de betteraves rouges mimosas	carotte à l'orange	salade verte	concombre à la bulgare	potage de légumes	salade de tomate vinaigrette
Chou fleur mimosa	Pomelos rose	oeufs durs sauce cocktail	salade paysanne	salade de pates Flamenco	
salade verte	salade d'endive aux fromages	salade de chou blanc aux lardons	salade d'endives au bleu	celeri remoulade	
Jambon à la Russe	Salade de haricots blanc thon tomates	charcuteries variées	salade verte	salade d'endive aux fromages	
merguez	Chili con carne	filet de poulet à la diable	paella	Cordon bleu	raviolis aux légumes gratinés
Poisson pané filet	poisson sauce crevettes	poisson frais pané	paella au poisson	poisson en croute	Raviolis en gratin
frites	Riz pilaf	petits pois carottes	riz safrané	Champignons à la crème	salade verte
carottes sautées	courgettes sautées	pommes de terre sautées	Haricots plats	PDT vapeur	
fromage portion	yaourt fermier	fromage portion	fromage portion	riz au lait	fromage portion
Compote de pommes BIO	fruits variés bio	pâtisseries variées	fruits variés	fruits variés	desserts variés
DINER					
Jambon de pays	taboulé bio	potage de légumes	salade de blé à la grecque	charcuteries variées	
salade verte	salade d'endive au jambon	salade verte	salade verte	salade verte	
terrine de poisson	salade verte				
escalope panée	Filet de poisson meunière	# quiche au thon	Saucisse de Toulouse	steack de veau haché sauce aux poivres	
poisson pané	Brochette de poisson pané	quiche aux légumes	poisson pané	poisson pané	
		quiche Lorraine			
pates aux légumes	pomme rosti	salade verte	purée de PDT	pommes noisette	
	brocolis au beurre				
yaourts variés	fromage portion	fromage portion	yaourt fermier	fromage portion	
fruits variés	pâtisseries variées	fruits au sirop	fruits variés	desserts variés	