Menu du **lundi 28/06/2021** au **samedi 03/07/2021**

e-Self'O Centre-Val de Loire

Lundi 28/06/2021	Mardi 29/06/2021	Mercredi 30/06/2021	Jeudi 01/07/2021	Vendredi 02/07/2021	Samedi 03/07/2021
DÉJEUNER					
salade verte	salade verte	salade verte	salade verte	salade verte	
Melon Charentais	Melon Charentais	Melon Charentais	Melon Charentais	Melon Charentais	
steack haché frais sauce rocquefort	Omelette jambon fromage	poisson froid	feuilleté à la viande	poisson frais meuniére	
poisson sauce crevettes	omelette au fromage	viandes froides	# quiche au thon	poisson frais pané	
			quiche aux légumes		
pates couleur au beurre	frites	salade verte	salade verte	riz aux légumes	
Gratin de courgettes	salade verte	pommes de terre sautées			
glaces variées	fromage portion	fromage portion	yaourts variés	fromage portion	
fruits variés	Salade de fruits	gâteau de semoule au lait	Compote de pommes BIO	desserts variés	
DINER					
Melon Charentais	Melon Charentais	Melon Charentais	Melon Charentais	pastèque	
salade verte	crudités variées	pastèque	crudités variées	crudités variées	
galette de sarassin	Cordon bleu de dinde	boulettes de boeuf à la tomate	tomate farcie	steack hache sauce aux poivres	
poisson pané	poisson pané	poisson pané	poisson pané	poisson pané	
pomme de terre farcie	brocolis au gratin	Semoule à couscous	pâtes au beurre	pomme rosti	
salade verte					
yaourts variés	fromage portion	yaourts variés	créme dessert	fromage portion	
fruits variés	Fraises	fruits variés	fruits variés	desserts variés	