



MEILLEUR DANS L'ASSIETTE  
MEILLEUR POUR LA PLANÈTE

# Semaine du 21 au 27 janvier 2019



Fait dans  
nos cuisines

Les menus sont consultables sur [www.fondationseltzer.fr/restauration](http://www.fondationseltzer.fr/restauration)

Tous nos plats sont confectionnés dans nos cuisines sauf indications particulières\*.

Il est possible que certains plats proposés au menu ne soient plus disponibles en fin de service.


Un repas complet est toutefois garanti jusqu'à la fermeture du self.

## MIDI

## SOIR

Lundi  
21  
janvier


Salade pois chiches / Concombre au yaourt  
Salade verte  
Moussaka au bœuf  / Plat du jour  
Kiri / Yaourt aromatisé / Yaourt   
Fruit

Salade verte  
Potage de légumes  
Gratin de fruits de mer  
Haricots beurre  
Fromage blanc / Petit suisse / Yaourt   
Pomme 



Mardi  
22  
janvier




Salade verte au thon / Terrine de campagne\*  
Salade verte  
Rizotto au petit épeautre   / Plat du jour  
St Paulin / Faisselle / Yaourt  
Fruit


Salade verte  
Potage de légumes  
Steak haché de bœuf  
Ratatouille Niçoise  
Chèvre / Petit suisse / Yaourt   
Poire au sirop\*

Mercredi  
23  
janvier

Salade de tomates / Haricots verts  
Salade verte  
Langue de bœuf ravigote / Plat du jour  
Polenta   
Babybel / Fromage blanc / Yaourt   
Fruit

Salade verte  
Potage de légumes  
Endives au jambon  
Cantal  / Petit suisse / Yaourt   
Kiwi

 Produit issu de l'agriculture biologique

 Produit local ou des régions voisines

 Poisson frais du jour

La viande bovine est certifiée d'origine française (VBF) ou Union européenne.


Toutes les recettes contenant de l'huile d'olive sont cuisinées à base d'huile d'olive issue de l'agriculture biologique.

L'équipe de restauration vous souhaite un bon appétit.




Jeudi  
24  
janvier

Salade Izoard (bleu  ) / Pamplemousse  
Salade verte  
Rôti de porc Alpin  / Plat du jour  
Lentilles ménagère   
Yaourt   
Fruit 

Salade verte  
Potage de légumes  
Tortilla aux oignons  
Champignons à la crème  
Camembert / Yaourt   
Banane / Poire




Vendredi  
25  
janvier

Salade printanière / Macédoine mousseline  
Salade verte  
Poisson frais  rougail / Plat du jour  
Riz  aux petits légumes  
Gouda / Fromage blanc / Yaourt   
Fruit 




Salade verte  
Potage de légumes  
Brochette de volaille  
Purée de céleri  
Cotentin / Petit suisse / Yaourt   
Raisin


Samedi  
26  
janvier


Salade Africaine / Chou blanc  
Salade verte  
Quenelles en béchamel / Plat du jour  
Légumes Wok  
Saint Nectaire  / Yaourt   
Fruit


Salade verte  
Potage de légumes  
Spaghettis  sauce bolognaise  
(bœuf  )  
Faisselle / Yaourt   
Compote pomme-pruneaux\*

Dimanche  
27  
janvier

Crudités variées ( carottes  ) / Brocolis en  
salade / Salade verte  
Tajine de volaille / Plat du jour  
Semoule   
Bleu / Fromage blanc / Yaourt   
Clafouti poire-chocolat

Salade verte  
Potage de légumes  
Tarte au thon  
Choux de Bruxelles  
St Paulin / Petit suisse / Yaourt   
Kiwi

 Produit issu de l'agriculture biologique

 Produit local ou des régions voisines

 Poisson frais du jour

La viande bovine est certifiée d'origine française (VBF) ou Union européenne.

Toutes les recettes contenant de l'huile d'olive sont cuisinées à base d'huile d'olive issue de l'agriculture biologique.

L'équipe de restauration vous souhaite un bon appétit.