



Semaine du 4 au 10 mars 2019















Fait dans
nos cuisines


Les menus sont consultables sur 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 4 mars	Salade pois chiches / Concombre au yaourt Salade verte Chili 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 5 mars 	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 Courgettes farcies Ratatouille Niçoise Chèvre / Petit suisse / Yaourt  Poire au sirop*
Mercredi 6 mars	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
7
mars

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

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




Vendredi
8
mars

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 
Fruit


Samedi
9
mars

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
10
mars

Crudités variées (carottes  / Salade de museau
/ 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.