



MEILLEUR DANS L'ASSIETTE  
MEILLEUR POUR LA PLANÈTE

# Semaine du 14 au 20 octobre



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  
14  
octobre

Salade de brocolis / Salade Bastiaise  
/Salade verte

Hachis Parmentier (bœuf  ) / Plat du jour  
Purée de pommes de terre 

Chèvre / Yaourt 


Fruit 

Salade verte  
Potage de légumes  
Quiche aux oignons  
Courgettes persillées  
Fromage blanc / Petit  
suisse / Yaourt 

Raisin 

Mardi  
15  
octobre

Salade Atlantique / Chou blanc râpé  
/Salade verte

Lasagne aux légumes de saison (carotte  ) / Plat  
du jour

Cantal  / Faisselle / Yaourt 

Compote de poire\*

Salade verte  
Potage de légumes  
Jambon de volaille  
Salsifis sautés  
Fromage blanc / Petit  
suisse / Yaourt 

Banane

Mercredi  
16  
octobre

Haricots verts vinaigrette / Salade Crétoise  
/Salade verte


Saucisse de ménage  à la tomate / Plat du jour  
Riz créole


Edam / Fromage blanc / Yaourt 

Fruit

Salade verte  
Potage de légumes  
Merlu au beurre  
Gratin de poireaux  
Fromage blanc / Petit  
suisse / Yaourt 

Compote de pêche\*

 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.

Menu  
Auvergnat

Jeudi  
17  
octobre

Fonds d'artichauts / Saucisson sec   
/ Salade verte

Etouffé de porc  à l'Auvergnate / Plat du jour  
Pommes grenailles rôties 

Comté  / Yaourt  framboise

Fruit

Salade verte  
Potage de légumes  
Feuilleté au champignon  
Brocolis sautés  
Faisselle / Petit suisse  
Yaourt   
Orange

Vendredi  
18  
octobre

Salade de lentilles  / Carottes  à l'orange  
/ Salade verte

Soufflé Baltique / Plat du jour  
Haricots verts au beurre

Saint Nectaire  / Suisse aromatisé / Yaourt 

Fruit 

Salade verte  
Potage de légumes  
Tomate farcie\*  
Polenta   
Fromage blanc / Petit  
suisse / Yaourt   
Café Liégeois\*


Samedi  
19  
octobre

Salade Yam Yam / Salade de tomate / Salade verte

Fricassée de dinde / Plat du jour  
Coquillettes 

Tome noire / Faisselle / Yaourt 

Fruit

Salade verte  
Potage de légumes  
Œufs durs Florentine  
Fromage blanc / Petit  
suisse / Yaourt   
Salade de fruits\*

Dimanche  
20  
octobre

Pennes  aux poivrons / Champignons à la  
Grecque / Salade verte


Gigot d'agneau / Plat du jour  
Poêlée campagnarde

Camembert / Yaourt 

Tarte poire\*

Salade verte  
Potage de légumes  
Tartiflette  
(Pommes de terre   
Fromage blanc / Petit  
suisse / Yaourt   
Prune

 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.