



MEILLEUR DANS L'ASSIETTE
MEILLEUR POUR LA PLANÈTE

Semaine du 13 au 19 janvier 2020



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
13
janvier

Salade de pois chiches / Concombre au yaourt
Salade verte

Semoule de maïs  à la tomate et au bleu  /

Plat du jour



Kiri / Yaourt aromatisé / Yaourt 

Fruit 

Salade verte

Potage de légumes

Gratin de fruits de mer

Haricots beurre

Fromage blanc / Emmental /

Yaourt 

Pomme 

Mardi
14
janvier

Salade verte au thon / Terrine de campagne*

Salade verte

Poulet rôti / Plat du jour

Gratin Dauphinois 

St Paulin / Faisselle / Yaourt

Fruit 

Salade verte

Potage de légumes

Courgettes farcies

Ratatouille Niçoise

Chèvre / Petit suisse / Yaourt 

Poire au sirop*

Mercredi
15
janvier

Salade de tomates / Haricots verts

Salade verte

Langue de bœuf ravigote / Plat du jour

Coquillettes 

Babybel / Fromage blanc / Yaourt 

Compote de pomme*

Salade verte

Potage de légumes


Tarte au thon

Choux de Bruxelles sautés

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
16
janvier

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




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




Vendredi
17
janvier

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




Salade verte
Potage de légumes
Escalope de dinde panée
Purée de céleri
Cotentin / Petit suisse / Yaourt 
Crème au chocolat*



Samedi
18
janvier


Salade Africaine / Chou blanc, carotte  aux
agrumes / 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
19
janvier

Crudités variées (carottes ) / Salade de
museau* / Salade verte
Tajine de volaille aux fruits / Plat du jour
Semoule 
Bleu / Fromage blanc / Yaourt 
Dessert chocolat-poire

Salade verte
Potage de légumes
Endives au jambon
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.