



MEILLEUR DANS L'ASSIETTE
MEILLEUR POUR LA PLANÈTE

Semaine du 8 au 14 octobre



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
8
octobre



Salade thon pacifique (riz ) / Velouté de
potimarron  / Salade verte
Oreilles d'âne aux épinards et fromage de chèvre /
Plat du jour
Bleu / Petit suisse / Yaourt 
Salade de fruits frais

Salade verte
Potage de légumes
Filet de poisson sauce curry
Pommes pécheur 
Fromage blanc / Petit
suisse / Yaourt 
Kiwi

Mardi
9
octobre

Crudités variées (carottes ) / Salade 
mimosa / Salade verte
Chicken burger maison
Galette de pommes de terre*
Yaourt aux fruits du Champsaur 
Fruit 

Salade verte
Potage de légumes
Jambon blanc cornichon
Blettes gratinées au jus
Fromage blanc / Petit
suisse / Yaourt 
Compote de poire*

Mercredi
10
octobre

Radis beurre / Macédoine mousseline
Salade verte
Caillette  / Plat du jour
Polenta 
Edam / Fromage blanc
Fruit

Salade verte
Potage de légumes
Dindonneaux sauce blanche
Champignons sautés
Fromage blanc / Petit
suisse / Yaourt 
Poire

 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
11
octobre

Soupe de concombre à la menthe fraîche / Céleri
rémoulade / Salade verte

Tajine de d'agneau  /
Plat du jour

Semoule de couscous 

Kiri / Yaourt 

Pomme au four  vanille cannelle

Salade verte
Potage de légumes

Hachés de boeuf 
aux courgettes

Fromage blanc / Petit suisse
/ Yaourt
Raisin

Vendredi
12
octobre

Salade col Agnel au bleu  / Salade
maïs  carotte / Salade verte

Parmentier de poisson du moment  / Plat du
jour (Purée de pommes de terre )

Choux romanesco

Saint Nectaire  / Yaourt 

Muffin chocolat (farine de pois chiche )

Salade verte
Potage de légumes
Omelette aux fines herbes
Poêlée campagnarde

Fromage blanc / Petit
suisse / Yaourt 

Banane

Samedi
13
octobre

Taboulé à l'orientale (semoule ) / Salade Yam
Yam / Salade verte

Poulet rôti / Plat du jour
Epinards à la crème

Cantal  / Yaourt 

Fruit 

Salade verte
Potage de légumes

Tarte aux poireaux*
Blé créole 

Yaourt aromatisé
/ Yaourt 
Prune

Dimanche
14
octobre

Pâté en croûte / Salade Africaine
/ Salade verte

Sauté d'agneau  miel et carottes / Plat du jour
Courgettes sautées

Gouda / Yaourt 

Fruit

Bavarois à la framboise*

Salade verte
Potage de légumes

Rosbeef
Purée de pois cassés

Fromage blanc / Petit
suisse / Yaourt 

Ananas au sirop*

 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.