

## L'ESAT Avenir vous propose

**MENU DU JOUR**

SEMAINE DU	04/10/2021	AU	10/10/2021
	<b>MIDI</b>		<b>SOIR</b>
<b>LUNDI</b>			
<b>04/10/2021</b>	SALADE DE MAÏS *** PAVE POISSON BORDELAISE 1/2 HARICOTS VERTS 1/2 RIZ AU FOUR *** YAOURT NATURE SUCRE IND #REF!		MELON CHARENTAIS *** CUISSE DE POULET SAUCE ECHALOTTE 1/2 PENNE 1/2 POELEE 4 LEGUMES *** #REF! COMPOTE POMME CASSIS
<b>MARDI</b>			
<b>05/10/2021</b>	MACEDOINE MAYONNAISE / FROMAGE BLANC *** BURGER DE VEAU SAUCE CURRY MAIS SAUTE COURGETTES FRAICHES PERSILLEES *** #REF! TARTE CRUMBLE POMME FRAISE RHUBARBE		RADIS AU BEURRE *** BOULETTES D'AGNEAU SAUCE PAPRIKA PETITS POIS *** EMMENTAL PORTION YAOURT AUX FRUITS
<b>MERCREDI</b>			
<b>06/10/2021</b>	CONCOMBRE A LA CREME *** BURGER DE LEGUMES VEGGIE 1/2 PIPERADE 1/2 SEMOULE *** TARTARE AIL ET FINES HERBES POIRE AU CHOCOLAT		CHAMPIGNONS A LA GRECQUE *** CUISSE DE PINTADE SAUCE BASQUAISE SALADE DE RIZ AUX LEGUMES #REF! *** #REF! FLAN NAPPE CAMEL
<b>JEUDI</b>			
<b>07/10/2021</b>	SALADE DE TOMATE *** DUO CHIPO MERGUEZ PASTA VALENTINA #REF! *** TOMME GRISE ANANAS FRAIS		SALADE VERTE AUX AGRUMES *** LASAGNES DE LÉGUMES #REF! #REF! *** #REF! TARTE AUX CERISES
<b>VENDREDI</b>			
<b>08/10/2021</b>	PATE DE CAMPAGNE ET HARICOTS VERTS *** EMINCE DE PORC SAUCE AU POIVRON RIZ JEUNES CAROTTES *** #REF! CREME DESSERT CHOCOLAT		CELERI REMOULADE *** CALAMARS A LA ROMAINE SAUCE TARTARE POTATOES #REF! *** #REF! BANANE
<b>SAMEDI</b>			
<b>09/10/2021</b>	TOMATE A LA TUNISIENNE *** OMELETTE AU CHEDDAR ROSTIS DE LEGUMES #REF! *** #REF! CREME VANILLE AUX OEUFS MAISON		#REF! *** TARTE MEDITERRANEENNE SALADE VERTE 4G ACC #REF! *** #REF! FROMAGE BLANC AU COULIS DE FRUITS JAUNES
<b>DIMANCHE</b>			
<b>10/10/2021</b>	CAROTTES RAPEES BIO LOCALE *** BŒUF BOURGUIGNON TORTIS #REF! *** #REF! TARTE AUX ABRICOTS MAISON		FEUILLETÉ DE CHÈVRE *** BROCHETTE DE POISSON PANÉ POELEE MERIDIONALE #REF! *** CAMEMBERT LIEGEOIS CHOCOLAT

L'ESAT Avenir vous propose

## MENU SANS GLUTEN ET LACTOSE

SEMAINE DU	04/10/2021	AU	10/10/2021
	<b>MIDI</b>		<b>SOIR</b>
<b>LUNDI</b>			
<b>04/10/2021</b>	<p>BETTERAVE LANIERE VINAIGRETTE</p> <p>***</p> <p>PAVE POISSON BORDELAISE</p> <p>1/2 RIZ BASMATI CUIT</p> <p>1/2 HARICOTS VERTS</p> <p>***</p> <p>YAOURT NATURE SUCRE IND</p> <p>#REF!</p>		<p>TARTINABLE DE TOMATE</p> <p>***</p> <p>CUISSE DE POULET RÔTIE</p> <p>POELEE DE LEGUMES MAISON</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>POMME BIO A CROQUER</p>
<b>MARDI</b>			
<b>05/10/2021</b>	<p>MACEDOINE MAYONNAISE / FROMAGE BLANC</p> <p>***</p> <p>GALETTE DE POIS CHICHE + SAUCE CURRY</p> <p>POLENTA</p> <p>COURGETTES PERSILLÉES</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>COMPOTE DE POMME COUPELLE SANS SUCRE</p>		<p>RADIS</p> <p>***</p> <p>BOULETTES D'AGNEAU SAUCE PAPRIKA</p> <p>PATES SANS GLUTEN</p> <p>PETITS POIS</p> <p>***</p> <p>YAOURT SOJASUN FRUITS ROUGES</p> <p>COCKTAIL DE FRUITS</p>
<b>MERCREDI</b>			
<b>06/10/2021</b>	<p>CONCOMBRE A LA CREME</p> <p>***</p> <p>BURGER LEGUMES VEGGIE</p> <p>PIPERADE M</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>TARTARE AIL ET FINES HERBES</p> <p>POIRE AU CHOCOLAT</p>		<p>CHAMPIGNONS A LA GRECQUE</p> <p>***</p> <p>CUISSE DE PINTADE SAUCE BASQUAISE</p> <p>SALADE DE RIZ AUX LEGUMES</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>YAOURT SOJASUN ABRICOT GOYAVE</p>
<b>JEUDI</b>			
<b>07/10/2021</b>	<p>SALADE DE POMMES DE TERRE</p> <p>***</p> <p>FALAFEL SAUCE AU THYM</p> <p>POELEE CAPONATA</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>TOMME GRISE</p> <p>ANANAS FRAIS</p>		<p>SALADE VERTE AUX AGRUMES</p> <p>***</p> <p>STEAK HACHE (origine france)</p> <p>CAROTTES A LA TOMATE</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>COMPOTE DE FRUIT</p>
<b>VENDREDI</b>			
<b>08/10/2021</b>	<p>SALADE DE HARICOTS VERTS</p> <p>***</p> <p>BOULETTES SARRASIN LENTILLES + SAUCE</p> <p>PATES SANS GLUTEN</p> <p>JEUNES CAROTTES</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>CREME DESSERT CHOCOLAT</p>		<p>CELERI REMOULADE</p> <p>***</p> <p>FILET DE COLIN</p> <p>POTATOES</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>BANANE</p>
<b>SAMEDI</b>			
<b>09/10/2021</b>	<p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>#REF!</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>#REF!</p>		<p>#REF!</p> <p>***</p> <p>STEAK HACHE (origine france)</p> <p>SALADE VERTE 4G ACC</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>YAOURT SOJASUN ABRICOT GOYAVE</p>
<b>DIMANCHE</b>			
<b>10/10/2021</b>	<p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>#REF!</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>#REF!</p> <p>#REF!</p>		<p>TOMATE VINAIGRETTE</p> <p>***</p> <p>PETIT SALÉ</p> <p>POELEE MERIDIONALE</p> <p>#REF!</p> <p>***</p> <p>YAOURT SOJA</p> <p>YAOURT SOJASUN ABRICOT GOYAVE</p>

L'ESAT Avenir vous propose

## MENU VEGETARIEN

SEMAINE DU	04/10/2021	AU	10/10/2021
	<b>MIDI</b>		<b>SOIR</b>
<b>LUNDI</b>			
<b>04/10/2021</b>	BETTERAVE LANIERE VINAIGRETTE *** PANE DE BLE TOMATE MOZZARELLA 1/2 RIZ BASMATI CUIT 1/2 HARICOTS VERTS *** YAOURT NATURE SUCRE IND #REF!		COLESLAW *** AIGUILLETTE PANÉE DE BLÉ AUX CAROTTES POELEE DI PASTA VALENTINA #REF! *** #REF! POMME BIO A CROQUER
<b>MARDI</b>			
<b>05/10/2021</b>	MACEDOINE MAYONNAISE / FROMAGE BLANC *** GALETTE DE POIS CHICHE + SAUCE CURRY POLENTA COURGETTES PERSILLÉES *** #REF! TARTE CRUMBLE POMME FRUITS ROUGES		RADIS AU BEURRE *** STEAK DE SOJA AU CITRON + SAUCE AU PAPRIKA MACARONIS PETITS POIS *** EMMENTAL PORTION YAOURT AUX FRUITS
<b>MERCREDI</b>			
<b>06/10/2021</b>	CONCOMBRE A LA CREME *** BURGER LEGUMES VEGGIE PIPERADE M #REF! *** TARTARE AIL ET FINES HERBES POIRE AU CHOCOLAT		CHAMPIGNONS A LA GRECQUE *** NUGGET'S DE POIS CHICHE + SAUCE BASQUAISE SALADE DE RIZ AUX LEGUMES #REF! *** #REF! FLAN NAPPE CARAMEL
<b>JEUDI</b>			
<b>07/10/2021</b>	SALADE DE POMMES DE TERRE *** FALAFEL SAUCE AU THYM POELEE CAPONATA #REF! *** TOMME GRISE ANANAS FRAIS		SALADE VERTE AUX AGRUMES *** LASAGNES DE LÉGUMES #REF! #REF! *** #REF! TARTE AUX CERISES
<b>VENDREDI</b>			
<b>08/10/2021</b>	SALADE DE HARICOTS VERTS *** BOULETTES SARRASIN LENTILLES + SAUCE COQUILLETES JEUNES CAROTTES *** #REF! CREME DESSERT CHOCOLAT		CELERI REMOULADE *** GALETTE DE HARICOTS ROUGES + SAUCE TARTARE POTATOES #REF! *** #REF! BANANE
<b>SAMEDI</b>			
<b>09/10/2021</b>	TOMATE VINAIGRETTE *** OMELETTE AU CHEDDAR ROSTIS DE LEGUMES #REF! *** #REF! CREME VANILLE AUX OEUFS MAISON		#REF! *** TARTE MEDITERRANEENNE SALADE VERTE 4G ACC #REF! *** #REF! FROMAGE BLANC AU COULIS DE FRUITS JAUNES
<b>DIMANCHE</b>			
<b>10/10/2021</b>	CAROTTES RAPEES BIO LOCALE *** AIGUILLETTE PANÉE DE BLÉ AUX CAROTTES PUREE DE POMMES DE TERRE FRAICHE BIO #REF! *** #REF! TARTE AUX ABRICOTS MAISON		FEUILLETÉ DE CHÈVRE *** CROQ'LEGUMES FROMAGER POELEE MERIDIONALE #REF! *** CAMEMBERT LIEGEOIS CHOCOLAT