

L'ESAT Avenir vous propose

**MENU DU JOUR**

SEMAINE DU	22/11/2021	AU	28/11/2021
	<b>MIDI</b>		<b>SOIR</b>
<b>LUNDI</b>			
<b>22/11/2021</b>	SALADE COMPOSEE MAÏS, TOMATE ET CONCOMBRE *** BOLOGNAISE DE LENTILLES TORTIS 0 *** 0 POMME BIO A CROQUER		CAROTTES RAPEES BIO LOCALE *** FILET DE MERLU SAUCE CHAMPIGNONS POEELE 4 LEGUMES 0 *** 0 GATEAU DE SEMOULE MAISON
<b>MARDI</b>			
<b>23/11/2021</b>	CHOU BLANC A LA PAYSANNE *** ROUGAIL SAUCISSE RIZ AU FOUR 0 *** 0 YAOURT FRAMBOISE BIO		POTAGE DE LEGUMES *** ROTI DE DINDE SAUCE FROMAGERE EPINARDS A L'AIL POMME DE TERRE BIO AU FOUR *** 0 POIRE BIO DE L'OISE
<b>MERCREDI</b>			
<b>24/11/2021</b>	ENDIVES VINAIGRETTE A L'ORANGE *** COUSCOUS : poulet, merguez, agneau SEMOULE LÉGUMES COUSCOUS *** 0 CLÉMENTINES		CELERI REMOULADE MAYONNAISE VEGETALE *** CREPE AUX CHAMPIGNONS (PLAT) SALADE VERTE BATAVIA 0 *** 0 CREME CARAMEL MAISON
<b>JEUDI</b>			
<b>25/11/2021</b>	VELOUTE DE CHAMPIGNONS *** CHOU FARCI SAUCE TOMATE BOULGOUR 0 *** PETIT SUISSE NATURE SUCRE ANANAS FRAIS		TERRINE DE LEGUMES COULIS DE TOMATE FROID *** TARTE TOMATE CHEVRE MAISON 0 0 *** 0 COCKTAIL DE FRUITS AU SIROP
<b>VENDREDI</b>			
<b>26/11/2021</b>	SALADE VERTE AUX CROUTONS *** DOS DE COLIN SAUCE CITRON CHOU ROMANESCO QUINOA *** 0 FAR BRETON MAISON		SALADE MEXICAINE *** PARMENTIER MAISON 0 0 *** YAOURT NATURE BANANE
<b>SAMEDI</b>			
<b>27/11/2021</b>	POIS CHICHES A LA PROVENCALE *** SAUTE DE PORC AU CARAMEL HARICOTS VERTS 1/2 FARFALLE *** CARRE DE L'EST COMPOTE TOUS FRUITS		POTAGE AU POTIRON CREME *** ROSTI BURGER VEGETARIEN 0 0 *** 0 SALADE DE FRUITS FRAIS
<b>DIMANCHE</b>			
<b>28/11/2021</b>	MACHE *** POULET ROTI AU THYM ET A L'AIL BEIGNETS DE COURGETTE 0 *** CAMEMBERT TARTE BOURDALOUE		MACEDOINE DE LEGUMES VINAIGRETTE *** POIREAU AU JAMBON DE DINDE BECHAMEL 0 0 *** 0 FROMAGE BLANC AU COULIS DE FRUITS JAUNES

L'ESAT AVENIR VOUS PROPOSE

## MENU SANS GLUTEN ET LACTOSE

SEMAINE DU	22/11/2021	AU	28/11/2021
	<b>MIDI</b>		<b>SOIR</b>
<b>LUNDI</b>			
<b>22/11/2021</b>	<p>SALADE COMPOSEE MAÏS, TOMATE ET CONCOMBRE</p> <p>***</p> <p>BOLOGNAISE DE LENTILLES</p> <p>PATES SANS GLUTEN</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>POMME BIO A CROQUER</p>		<p>CAROTTES RAPEES BIO LOCALE</p> <p>***</p> <p>FILET DE MERLU SAUCE CHAMPIGNONS</p> <p>POEELE 4 LEGUMES</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>YAOURT AU SOJA</p>
<b>MARDI</b>			
<b>23/11/2021</b>	<p>CHOU BLANC A LA PAYSANNE</p> <p>***</p> <p>ROUGAIL SAUCISSE</p> <p>RIZ AU FOUR</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>YAOURT SOJASUN ABRICOT GOYAVE</p>		<p>POTAGE DE LEGUMES</p> <p>***</p> <p>ROTI DE DINDE NATURE</p> <p>EPINARDS A L'AIL</p> <p>POMME DE TERRE BIO AU FOUR</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>POIRE BIO DE L'OISE</p>
<b>MERCREDI</b>			
<b>24/11/2021</b>	<p>ENDIVES VINAIGRETTE A L'ORANGE</p> <p>***</p> <p>COUSCOUS : poulet, merguez, agneau</p> <p>0</p> <p>LÉGUMES COUSCOUS</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>CLÉMENTINES</p>		<p>CELERI REMOULADE MAYONNAISE VEGETALE BTE</p> <p>***</p> <p>STEAK HACHE (origine france)</p> <p>SALADE VERTE BATAVIA</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>COMPOTE DE POMME COUPELLE SANS SUCRE</p>
<b>JEUDI</b>			
<b>25/11/2021</b>	<p>BOUILLON TAPIOCA</p> <p>***</p> <p>CHOU FARCI SAUCE TOMATE</p> <p>PATES SANS GLUTEN</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>YAOURT SOJASUN FRUITS ROUGES</p> <p>ANANAS FRAIS</p>		<p>MACEDOINE DE LEGUMES VINAIGRETTE</p> <p>***</p> <p>ESCALOPE DE VOLAILLE NATURE</p> <p>TOMATE AU FOUR</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>COCKTAIL DE FRUITS AU SIROP</p>
<b>VENDREDI</b>			
<b>26/11/2021</b>	<p>SALADE VERTE BATAVIA</p> <p>***</p> <p>DOS DE COLIN SAUCE CITRON</p> <p>CHOU ROMANESCO</p> <p>QUINOA</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>COMPOTE DE FRUIT</p>		<p>SALADE MEXICAINE</p> <p>***</p> <p>OMELETTE NATURE</p> <p>HARICOTS BEURRE</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>YAOURT SOJA</p> <p>BANANE</p>
<b>SAMEDI</b>			
<b>27/11/2021</b>	<p>POIS CHICHES A LA PROVENCALE</p> <p>***</p> <p>SAUTE DE PORC AU CARMEL</p> <p>HARICOTS VERTS</p> <p>PATES SANS GLUTEN</p> <p>***</p> <p>YAOURT SOJA</p> <p>COMPOTE TOUS FRUITS</p>		<p>POTAGE AU POTIRON CREME</p> <p>***</p> <p>ESCALOPE DE VOLAILLE NATURE</p> <p>PIPÉRADE</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>SALADE DE FRUITS FRAIS</p>
<b>DIMANCHE</b>			
<b>28/11/2021</b>	<p>MACHE</p> <p>***</p> <p>POULET ROTI AU THYM ET A L'AIL</p> <p>COURGETTES PERSILLÉES</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>YAOURT SOJA ABRICOT GOYAVE</p> <p>POIRE AU FOUR ET CONFITURE</p>		<p>MACEDOINE DE LEGUMES VINAIGRETTE</p> <p>***</p> <p>POIREAU AU JAMBON DE DINDE SAUCE TOMATE</p> <p>0</p> <p>0</p> <p>***</p> <p>0</p> <p>YAOURT SOJASUN ABRICOT GOYAVE</p>

L'ESAT Avenir vous propose

## MENU VEGETARIEN

SEMAINE DU	22/11/2021	AU	28/11/2021
	<b>MIDI</b>		<b>SOIR</b>
<b>LUNDI</b>			
22/11/2021	SALADE COMPOSEE MAÏS, TOMATE ET CONCOMBRE *** BOLOGNAISE DE LENTILLES TORTIS 0 *** 0 POMME BIO A CROQUER		CAROTTES RAPEES BIO LOCALE *** PANE SARRASIN LENTILLES POIREAUX SAUCE CREME CHAMPIGNONS POEELE 4 LEGUMES 0 *** 0 GATEAU DE SEMOULE MAISON
<b>MARDI</b>			
23/11/2021	CHOU BLANC A LA PAYSANNE *** ROUGAIL BOULETTES DE SARRASIN RIZ AU FOUR 0 *** 0 YAOURT FRAMBOISE BIO		POTAGE DE LEGUMES *** GALETTE DE SOJA SAUCE FROMAGERE EPINARDS A L'AIL POMME DE TERRE BIO AU FOUR *** 0 POIRE BIO DE L'OISE
<b>MERCREDI</b>			
24/11/2021	ENDIVES VINAIGRETTE A L'ORANGE *** COUSCOUS VEGETARIEN SEMOULE LÉGUMES COUSCOUS *** 0 CLÉMENTINES		CELERI REMOULADE MAYONNAISE VEGETALE *** CREPE AUX CHAMPIGNONS (PLAT) SALADE VERTE BATAVIA 0 *** 0 CREME CARAMEL MAISON
<b>JEUDI</b>			
25/11/2021	VELOUTE DE CHAMPIGNONS *** COURGETTE FARCIE CUITE VEGGIE SAUCE TOMATE BOULGOUR 0 *** PETIT SUISSE NATURE SUCRE ANANAS FRAIS		TERRINE DE LEGUMES COULIS DE TOMATE FROID *** TARTE TOMATE CHEVRE MAISON 0 0 *** 0 COCKTAIL DE FRUITS AU SIROP
<b>VENDREDI</b>			
26/11/2021	SALADE VERTE AUX CROUTONS *** CROQ'IN BOULGOUR LENTILLE CORAIL SAUCE CITRON CHOU ROMANESCO QUINOA *** 0 FAR BRETON MAISON		SALADE MEXICAINE *** PARMENTIER MAISON AU FROMAGE 0 0 *** YAOURT NATURE BANANE
<b>SAMEDI</b>			
27/11/2021	POIS CHICHES A LA PROVENCALE *** BOULETTES PANEEES DE BLE FACON THAI SAUCE CARAMEL HARICOTS VERTS 1/2 FARFALLE *** CARRE DE L'EST COMPOTE TOUS FRUITS		POTAGE AU POTIRON CREME *** ROSTI BURGER VEGETARIEN 0 0 *** 0 SALADE DE FRUITS FRAIS
<b>DIMANCHE</b>			
28/11/2021	MACHE *** STEAK DE SOJA AU THYM ET A L'AIL BEIGNETS DE COURGETTE 0 *** CAMEMBERT TARTE BOURDALOUE		MACEDOINE DE LEGUMES VINAIGRETTE *** POIREAU A LA BECHAMEL 0 0 *** 0 FROMAGE BLANC AU COULIS DE FRUITS JAUNES