

L'ESAT AVENIR VOUS PROPOSE

## MENU DU JOUR

SEMAINE DU	15/12/2025	AU	21/12/2025
	MIDI		SOIR
<b>LUNDI</b>			
<b>15/12/2025</b>	POTAGE CAROTTES MAISON *** POISSON MEUNIÈRE SAUCE TARTARE PURÉE DE PATATE DOUCE 0 *** 0 POIRE DE SAISON		0 *** FRICASSÉE DE VOLAILLE FAÇON WOK RIZ AUX LEGUMES *** TOMME GRISE COMPOTE DE POMMES
<b>MARDI</b>			
<b>16/12/2025</b>	CAROTTES RAPEES A LA NOIX DE COCO *** CHILI CON CARNE BLÉ PILAF *** YAOURT AUX FRUITS		0 *** CUISSE DE POULET ROTIE CHOU FLEUR BECHAMEL GRATINE 0 *** 0 ANANAS FRAIS
<b>MERCREDI</b>			
<b>17/12/2025</b>	0 *** QUICHE AUX LEGUMES MAISON SALADE 4G AUX NOIX *** BLEU CLÉMENTINES		VELOUTE DE LEGUMES *** BURGER DE SOJA SAUCE CURRY HARICOTS VERTS *** RIZ AU LAIT MAISON
<b>JEUDI</b>			
<b>18/12/2025</b>	ROSETTE TRANCHEE *** FILET DE POULET CREME DE CHAMPIGNONS 1/2 RATATOUILLE ET 1/2 BOULGOUR *** 0 BANANE		*** BOUCHEE A LA REINE MAISON SALADE MELANGEE 4G 0 *** MUNSTER COMPOTE DE POMME MAISON
<b> VENDREDI</b>			
<b>19/12/2025</b>	CONCOMBRE AU MAÏS *** TARTIFLETTE MAISON 0 *** COMPOTE DE FRUIT INDIVIDUELLE 0		BETTERAVES AUX ECHALOTES *** JAMBON GRILLE SAUCE PORTO 1/2 CÉRÉALES GOURMANDES 1/2 CHOU VERT *** 0 FLAN AU CHOCOLAT MAISON
<b>SAMEDI</b>			
<b>20/12/2025</b>	CELERI RAPE A LA POMME *** SAUTE DE DINDE AU ROMARIN POTATOES 0 *** YAOURT BRASSE NATURE + SUCRE CLÉMENTINES		POTAGE DE LEGUMES *** FLAMMEKUCHE SALADE MELANGEE 4G 0 *** 0 POIRE AU FOUR ET CONFITURE
<b>DIMANCHE</b>			
<b>21/12/2025</b>	AVOCAT VINAIGRETTE *** SAUTE DE BŒUF CARBONADE PRINTANIERE DE LEGUMES *** CHAOURCE TARTE AU CITRON MERINGUÉE		CHOU ROUGE A L'ORANGE *** FILET DE COLIN SAUCE ESTRAGON PURÉE DE POIS CASSES *** 0 RAISIN BLANC

L'ESAT Avenir vous propose

## MENU SANS GLUTEN ET LACTOSE

Semaine du	15/12/2025	AU	21/12/2025
	MIDI		SOIR
<b>LUNDI</b>			
<b>15/12/2025</b>	POTAGE CAROTTES MAISON *** POISSON NATURE ET CITRON PUREE DE PATATE DOUCE 0 *** 0 POIRE DE SAISON		0 *** FRICASSÉE DE VOLAILLE FAÇON WOK RIZ AUX PETITS LEGUMES 0 *** BUCHETTE DE CHÈVRE COMPOTE DE POMMES
<b>MARDI</b>			
<b>16/12/2025</b>	CAROTTES RAPEES A LA NOIX DE COCO *** CHILI CON CARNE ROSTI DE POMME DE TERRE 0 *** YAOURT AU SOJA 0		0 *** CUISSE DE POULET ROTIE CHOU FLEUR 0 *** 0 ANANAS FRAIS
<b>MERCREDI</b>			
<b>17/12/2025</b>	0 *** FLAN AUX LEGUMES SANS LACTOSE SALADE 4G AUX NOIX 0 *** BUCHETTE DE CHÈVRE CLÉMENTINES		POTAGE DE LEGUMES *** BURGER DE SOJA NATURE HARICOTS VERTS EN PERSILLADE 0 *** 0 QUINOA AU LAIT MAISON
<b>JEUDI</b>			
<b>18/12/2025</b>	ROSETTE TRANCHEE *** FILET DE POULET NATURE RATATOUILLE MAISON 0 *** 0 BANANE		0 *** EMINCE DE VOLAILLE NATURE POTATOES 0 *** ROQUEFORT COMPOTE DE POMME MAISON
<b>VENDREDI</b>			
<b>19/12/2025</b>	CONCOMBRE AU MAÏS *** TARTIFLETTE "MAISON" SANS PORC 0 COMPOTE DE FRUIT *** 0 0		BETTERAVES AUX ECHALOTES *** JAMBON GRILLE SAUCE PORTO 0 CHOU VERT *** 0 FRUIT DE SAISON
<b>SAMEDI</b>			
<b>20/12/2025</b>	CELERI RAPE A LA POMME *** SAUTE DE DINDE AU ROMARIN POTATOES 0 *** YAOURT SOJA CLÉMENTINES		POTAGE DE LEGUMES *** PAVE DE POISSON BORDELAISE POMME DE TERRE VAPEUR 0 *** 0 POIRE AU FOUR ET CONFITURE
<b>DIMANCHE</b>			
<b>21/12/2025</b>	AVOCAT VINAIGRETTE *** SAUTE DE BOEUF sauce carbonade PRINTANIERE DE LEGUMES 0 *** BUCHETTE DE CHÈVRE COMPOTE DE FRUIT		CHOU ROUGE A L'ORANGE *** FILET DE COLIN SAUCE ESTRAGON PUREE DE POIS CASSES 0 *** 0 RAISIN BLANC

L'ESAT AVENIR VOUS PROPOSE

## MENU VEGETARIEN

SEMAINE DU	15/12/2025	AU	21/12/2025
	MIDI		SOIR
<b>LUNDI</b>			
15/12/2025	POTAGE CAROTTES MAISON *** CRISPIDOR PUREE DE PATATE DOUCE 0 *** 0 POIRE DE SAISON		0 *** STEAK VEGETARIEN FACON WOK RIZ AUX PETITS LEGUMES 0 *** TOMME GRISE COMPOTE DE POMMES
<b>MARDI</b>			
16/12/2025	CAROTTES RAPEES A LA NOIX DE COCO *** CHILI VEGETARIEN BLÉ PILAF 0 *** YAOURT AUX FRUITS 0		0 *** CROUSTILLANT AU FROMAGE CHOU FLEUR BECHAMEL GRATINE 0 *** 0 ANANAS FRAIS
<b>MERCREDI</b>			
17/12/2025	0 *** QUICHE AUX LEGUMES MAISON SALADE 4G AUX NOIX 0 *** BLEU PAIN CLÉMENTINES		POTAGE DE LEGUMES *** BURGER DE SOJA SAUCE CURRY HARICOTS VERTS EN PERSILLADE 0 *** 0 RIZ AU LAIT MAISON
<b>JEUDI</b>			
18/12/2025	OEUF MAYONNAISE *** FALAFEL + SAUCE CREME DE CHAMPIGNONS 1/2 RATATOUILLE MAISON 1/2 BOULGOUR *** 0 BANANE		0 *** BOUCHEE VEGETARIENNE MAISON SALADE MELANGEE 4G ACC 0 *** MUNSTER COMPOTE DE POMME MAISON
<b>VENREDI</b>			
19/12/2025	CONCOMBRE AU MAÏS *** TARTIFLETTE "MAISON" SANS VIANDE 0 COMPOTE DE FRUIT *** 0 0		BETTERAVES AUX ECHALOTES *** STEAK DE BOULGOUR LENTILLES CORAIL SAUCE PORTO 1/2 CÉRÉALES GOURMANDES 1/2 CHOU VERT *** 0 FLAN AU CHOCOLAT MAISON
<b>SAMEDI</b>			
20/12/2025	CELERI RAPE A LA POMME *** BOULETTES SARRASIN LENTILLES SAUCE ROMARIN POTATOES 0 *** YAOURT BRASSE NATURE + SUCRE CLÉMENTINES		POTAGE DE LEGUMES *** FLAMMENKUECHE SALADE MELANGEE 4G ACC 0 *** 0 POIRE AU FOUR ET CONFITURE
<b>DIMANCHE</b>			
21/12/2025	AVOCAT VINAIGRETTE *** STEAK DE SOJA + SAUCE CARBONADE PRINTANIERE DE LEGUMES 0 *** CHAOURCE TARTE AU CITRON MERINGUÉE		CHOU ROUGE A L'ORANGE *** QUICHE AU FROMAGE PUREE DE POIS CASSES 0 *** 0 RAISIN BLANC