

Semaine du 30 Avril au 04 Mai 2018



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Friand au fromage Cervelas vinaigrette Salade chinoise (soja, concombre, épaule, salade) Salade de maïs (maïs, tomate, salade, persil)	FERIE	Printanière de légumes Betteraves sauce crémeuse Salade de cocos aux herbes Rillettes à la sardine	Duo de pastèque et tomates Chou rouge vinaigrette à la fraise Quiche Lorraine Salade andalouse	Carottes râpées vinaigrette maison Salade des Antilles (Iceberg, croûtons, ananas, maïs, batavia, poivrons rouges et verts) Pizza Endives aux oranges
Steack haché grillé Omelette		Rôti de porc aux herbes Duo de poissons	Sauté de bœuf sauce tomate poivron Rougail de saucisses "Local Pierre Sajous"	Filet de colin pané Kefta d'agneau à l'harissa
Petits pois Purée de pommes de terre		Lentilles Fondue de poireaux	Riz de grand-mère Ratatouille	Haricots verts Semoule
Yaourt nature sucré Yaourt aromatisé St-Môret Tomme blanche		Gouda Saint-Paulin Fondu Président Yaourt nature sucré	Cotentin Rondelé nature Mimolette Yaourt nature sucré	Petits suisses sucrés Brie Edam Yaourt nature sucré
Corbeille de fruits Barre bretonne Entremets au chocolat Yaourt aux fruits		Abricots au sirop Cookies au chocolat et épices Flan nappé au caramel Compote de pomme	Tarte aux fruits Compote de pommes et fraises Corbeille de fruits Flan vanille coulis de fainoïse	Gâteau marbré Roulé aux myrtilles Corbeille de fruits Entremets au caramel et poires

Plats préférés

Innovation culinaire

















Recettes développement durable

Recettes d'ici et d'ailleurs

La Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 07 au 11 Mai 2018

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
<p>Tomates et maïs </p> <p>Crêpe au fromage</p> <p>Achards de légumes  (carottes, chou, haricots verts, piment, gingembre)</p> <p>Pâté de campagne </p>	<p>FERIE</p>	<p>Radis beurre </p> <p>Tomates sauce fruits rouges (Sarran)</p> <p>Salade de pommes de terre aux légumes (pommes de terre, tomates, petits pois, olives, fromage blanc, 4 épices) </p> <p>Pâté de foie </p>	<p>FERIE</p>	<p>Duo de concombre et maïs </p> <p>Friand à la viande</p> <p>Accras de morue </p> <p>Salade de papillons au pistou </p>	
<p>Sauté de porc</p> <p>Cordon bleu </p>		<p>Rôti de dinde</p> <p>Quiche Lorraine </p>		<p>Carottes fraîches persillées</p> <p>Semoule</p> <p>Salade verte</p>	<p>Beignet de poisson</p> <p>Boulette de boeuf sauce tomate </p>
<p>Petits pois</p> <p>Pommes sautées</p>		<p>Yaourt nature sucré</p> <p>Yaourt aromatisé</p> <p>Cotentin</p> <p>Edam</p>		<p>Semoule au beurre</p> <p>Choux-fleurs persillés</p>	<p>Tomme blanche</p> <p>Brie</p> <p>Petit moulé ail et fines herbes</p> <p>Yaourt nature sucré</p>
<p>Gateau Basque </p> <p>Nappé caramel</p> <p>Corbeille de fruits</p> <p>Roulé aux abricots</p>		<p>Pain d'épice</p> <p>Gaufre au sucre glace </p> <p>Compote de pommes</p> <p>Corbeille de fruits</p>		<p>Cocktail de fruits </p> <p>Compote de poires</p> <p>Corbeille de fruits</p> <p>Gâteau au chocolat </p>	

Plats préférés 

Innovation culinaire 

Recettes développement durable 

Recettes d'ici et d'ailleurs 

La Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 14 au 18 Mai 2018



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Macédoine mayonnaise ✨</p> <p>Haricots verts en salade</p> <p>Maïs aux deux poivrons</p> <p>Salade douceur (carottes, frisée, betterave, chou blanc)</p>	<p>Tomates et maïs 🌿</p> <p>Crêpe aux champignons</p> <p>Achards de légumes 🌍 (carottes, chou, haricots verts, piment, gingembre)</p> <p>Pâté de campagne ❤️</p>	<p>Carottes râpées vinaigrette maison 🌿</p> <p>Salade du maraîcher (batavia, concombre, champignons, tomates)</p> <p>Semoule à l'andalouse (Sarran) (couscous, carottes, petits pois - recette du chef étoilé Michel Sarran)</p> <p>Tzatziki (concombre, yaourt, ail, menthe)</p>	<p>Pastèque 🌿</p> <p>Céleri rémoulade</p> <p>Quiche Lorraine</p> <p>Duo de saucissons ❤️</p>	<p>Œufs durs sauce cocktail ❤️</p> <p>Rillettes à la sardine</p> <p>Friand au fromage ❤️</p> <p>Salade Ninon (batavia, crevettes, ananas, pommes) ✨</p>
<p>Filet de colin meunière ❤️</p> <p>Escalope de porc Charcutière</p>	<p>Quiche Provençale</p> <p>Rôti de dinde</p>	<p>Palette de porc sauce diable 🌍</p> <p>Pizza marguerite ❤️</p>	<p>Merguez "P sajos à Beaucens" et ses légumes 🌍</p> <p>Filet de lieu sauce curry</p>	<p>Poulet tandoori "Fermiers du gers"</p> <p>Gratin de la mer</p>
<p>Riz créole</p> <p>Courgettes "Bio" à la provençale</p>	<p>Petits pois</p> <p>Tortis</p>	<p>Purée de brocolis</p> <p>Pommes grenailles rôties</p>	<p>Semoule "Bio" au jus</p> <p>Fondue de poireaux</p>	<p>Pommes sautées</p> <p>Haricots beurre en persillade</p>
<p>Yaourt aromatisé</p> <p>Yaourt nature sucré Fraidou Mimolette</p>	<p>Edam</p> <p>Croûte noire Cotentin Yaourt nature sucré</p>	<p>Fromage blanc</p> <p>Saint-Paulin Fromy Yaourt nature sucré</p>	<p>Brie</p> <p>Camembert St-Môret Yaourt nature sucré</p>	<p>Petit moulé ail et fines herbes</p> <p>Fondu Président Tomme blanche Yaourt nature sucré</p>
<p>Corbeille de fruits</p> <p>Gélinié à la vanille ❤️</p> <p>Barre bretonne ❤️</p> <p>Salade de fruits</p>	<p>Moelleux aux framboises ❤️</p> <p>Fromage blanc à la confiture</p> <p>Corbeille de fruits</p> <p>Roulé aux abricots</p>	<p>Banane cuite au four</p> <p>Compote de pommes et cassis</p> <p>Pain d'épice</p> <p>Corbeille de fruits ❤️</p>	<p>Chou vanille ❤️</p> <p>Mousse chocolat au lait ❤️</p> <p>Salade de fruits</p> <p>Corbeille de fruits</p>	<p>Corbeille de fruits</p> <p>Entremets au caramel et poires</p> <p>Fraîcheur ananas</p> <p>Riz au lait 🌍</p>

Plats préférés ❤️

Innovation culinaire ✨

Recettes développement durable 🌿

Recettes d'ici et d'ailleurs 🌍

La Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine















Semaine du 21 au 25 Mai 2018




LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
FERIE	Betteraves vinaigrette Crêpe aux champignons Concombre vinaigrette maison Taboulé	Salade portugaise (tomate, concombre, olive, batavia, poivrons) Salade mixte panachée (salade emmental, tomate, œuf, persil) Pâté de foie Pizza	Carottes râpées Céleri rémoulade Houmous et mouillettes (pois chiche, huile d'olive, jus de citron, ail, coriandre, carotte, pain de mie) Quiche au fromage	Saucisson à l'ail Roulade aux olives Radis beurre Salade club (salade verte, tomate, épaule, emmental)	
	Sauté de porc Local "Pierre Sajous" aux olives Penne Bolognaise	Galopin de veau grillé Croque italien	Jambon braisé Poulet Kedjenou "Fermiers de Gers"	Filet de lieu à la tapenade Boulettes de bœuf sauce tomate	
	Penne Flan de blettes	Haricots verts Semoule au beurre	Choux fleurs au gratin Lentilles	Pommes rissolées Carottes et navets	
	St-nectaire Chèvre Bleu Fromy	Camembert Brie Fondu Président Yaourt nature sucré	Fraidou Cotentin Mimolette Local Yaourt nature sucré	Petits suisses sucrés Edam Rondelé aux noix Yaourt nature sucré	
	Corbeille de fruits Tarte au citron Compote de poires Mousse au chocolat	Brownies Grillé aux pommes Corbeille de fruits Fromage blanc au sirop de cassis	Flan vanille Compote de pommes et pêches Corbeille de fruits Poire au sirop	Corbeille de fruits Salade de fruits Mousse chocolat au lait Moelleux aux framboises	
	Plats préférés	Innovation culinaire	Recettes développement durable	Recettes d'ici et d'ailleurs	La Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 28 Mai au 01 Juin 2018

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Pizza  Salade de riz (riz, olives verte et noire, haricots rouges, poivrons verts et rouges) Salade verte aux croûtons Crudité de courgettes tomates	Pastèque  Carottes râpées vinaigrette maison Friand à la viande  Mortadelle	Concombre à la pékinoise  Salade de chou à l'indienne (chou blanc, noix de coco, curry)  Betteraves vinaigrette Friand au fromage 	Tomate vinaigrette  Salade du maraîcher (batavia, concombre, champignons, tomates) Macédoine de légumes Quiche 	Pâté de campagne  Œufs durs mayonnaise  Céleri rémoulade Maïs aux deux poivrons
Chipolatas  "Local Pierre Sajous" Echine de porc	Omelette  Filet de colin pané au citron	Rôti de veau Quenelles de volaille sauce champignons	Paëlla au poulet "des Fermiers du Gers"  Curry de Hoki à l'indienne	Tortis Carbonara Paupiette de veau sauce tomate
Pêle-mêle provençal Purée de pommes de terre	Choux-fleurs persillés Blé et julienne de légumes	Courgettes Bio et pommes de terre Haricots blancs à la tomate	Riz pilaf Carottes miel orange 	Tortis Jardinière de légumes
Fromage blanc Croc' lait Mimolette Yaourt nature sucré	Brie Camembert Rondelé aux noix Yaourt nature sucré	Croûte noire Edam Petit moulé ail et fines herbes Yaourt nature sucré	Yaourt nature sucré Yaourt aromatisé Cotentin Tomme blanche	Fondu Président Fraidou Saint-Paulin Yaourt nature sucré
Corbeille de fruits Compote de pommes Flan au chocolat Palmiers	Salade de fruits  Barre bretonne  Riz au lait au caramel  Corbeille de fruits	Mousse au chocolat Gélifié vanille  Corbeille de fruits Gâteau Basque 	Pomme au four Compote de fruits mélangés Corbeille de fruits Gaufre créole 	Corbeille de fruits Compote pommes bananes  Entremets au praliné Mousse chocolat au lait 

Plats préférés 

Innovation
culinaire 

Recettes
développement durable 

Recettes
d'Ici et d'ailleurs 

La Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 04 au 08 Juin 2018



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Concombre vinaigrette maison Tomate vinaigrette Crêpe au fromage Pastèque	Rillettes à la sardine Saucisson à l'ail Salade de soja (soja, maïs, carotte, batavia) Salade verte	Salade de riz (riz, olives verte et noire, haricots rouges, poivrons verts et rouges) Salade de pois chiches Assiette de crudités Toast au chèvre chaud	Friand au fromage Assiette de charcuteries Macédoine mayonnaise Salade Thali (carottes, gingembre, menthe, sucre, oignons)	Salade club (salade verte, tomate, épaule, emmental) Salade verte au maïs Melon vert Roulade aux olives
Quenelle de brochet sauce suprême Couscous "boulette d'agneau/merguez"	Sauté de bœuf bobotie Beignet de poisson et citron	Palette de porc Provençale Tacos mexicains à la volaille	Emincé de volaille "fermiers du Gers" Pavé de colin à la crème de persil	File de lieu à l'indienne Poulet yassa
Semoule Courgettes saveur orientale	Coquillettes Printanière de légumes	Haricots beurre en persillade Lentilles	Carottes fraîches persillées Riz créole	Potatoes épicés Endives braisées
Edam Mimolette Fraidou Yaourt nature sucré	Cotentin Petit moulé ail et fines herbes Saint-Paulin Yaourt nature sucré	Yaourt aromatisé Yaourt nature sucré Brie Fondu Président	Camembert Coulommiers Fondu Président Yaourt nature sucré	Petits suisses sucrés Saint-Moret Tomme blanche Yaourt nature sucré
Ile flottante Liégeois à la vanille Corbeille de fruits Gaufre fantasia	Corbeille de fruits Cocktail de fruits exotique Roulé aux myrtilles Compote bananes & pommes	Corbeille de fruits Salade de fruits Clafoutis aux griottes et chocolat Flan nappé au caramel	Fromage blanc Compote de pommes Corbeille de fruits Moelleux aux framboises	Tarte à la noix de coco Gâteau au chocolat Œufs en neige au caramel Corbeille de fruits

Plats préférés

Innovation culinaire






















Recettes développement durable

Recettes d'ici et d'ailleurs

La Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 11 au 15 Juin 2018

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Quiche</p> <p>Choux-fleurs sauce aurore </p> <p>Carottes râpées vinaigrette maison </p> <p>Salade de riz (riz, olives verte et noire, haricots rouges, poivrons verts et rouges)</p>	<p>Tomate ciboulette </p> <p>Salade verte aux croûtons</p> <p>Melon </p> <p>Macédoine mayonnaise</p>	<p>Œufs durs mayonnaise </p> <p>Galantine de volaille</p> <p>Salade chinoise  (soja, concombre, épaule, salade)</p> <p>Salade provençale (batavia, tomate, poivron, anchois)</p>	<p>Salade hollandaise  (salade composée, tomate, gouda)</p> <p>Céleri rémoulade</p> <p>Pastèque</p> <p>Pizza au fromage </p>	<p>Salade de pommes de terre (pommes de terre, échalote, persil, tomate)</p> <p>Taboulé </p> <p>Assiette de crudités </p> <p>Pâté de foie </p>
<p>Saucisse fumée </p> <p>Tranche de foie sauce poivre vert</p>	<p>Rôti de dinde au jus</p> <p>Cheese burger</p>	<p>Croque monsieur</p> <p>Filet de lieu au pistou </p>	<p>Navarin de mouton</p> <p>Penne Bolognaise</p>	<p>Filet de colin meunière </p> <p>Poulet "Fermiers du gers"  basquaise</p>
<p>Courgettes Mexique </p> <p>Lentilles</p>	<p>Pommes frites</p> <p>Julienne de légumes</p>	<p>Blé</p> <p>Légumes craquants </p>	<p>Petits pois</p> <p>Penne</p>	<p>Pêlé-mêle provençal</p> <p>Riz créole</p>
<p>Yaourt nature sucré</p> <p>Yaourt aromatisé Cotentin Croûte noire</p>	<p>Edam Emmental Fraidou Yaourt nature sucré</p>	<p>Coulommiers Camembert Petit moulé ail et fines herbes Yaourt nature sucré</p>	<p>Fondu Président Rondelé nature Saint-Paulin Yaourt nature sucré</p>	<p>Fromage blanc Gouda Saint-Moret Yaourt nature sucré</p>
<p>Corbeille de fruits</p> <p>Compote de poires</p> <p>Gâteau marbré </p> <p>Mousse au caramel</p>	<p>Entremets à la vanille</p> <p>Fromage blanc touche de kiwi</p> <p>Cocktail de fruits à la créole</p> <p>Corbeille de fruits</p>	<p>Corbeille de fruits</p> <p>Salade de fruits</p> <p>Pain d'épices</p> <p>Flan nappé au caramel</p>	<p>Fromage blanc et vanille</p> <p>Beignet à la framboise </p> <p>Entremets au café </p> <p>Corbeille de fruits</p>	<p>Corbeille de fruits</p> <p>Compote de pommes et pêches</p> <p>Chou vanille </p> <p>Flan au chocolat</p>

Plats préférés 

Innovation
culinaire 



























Recettes
développement durable 

Recettes
d'ici et d'ailleurs 

La Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 18 au 22 Juin 2018

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Crêpe au fromage </p> <p>Céleri rémoulade</p> <p>Assiette de salami </p> <p>Pastèque</p>	<p>Carottes râpées vinaigrette maison </p> <p>Quiche lorraine</p> <p>Roulade aux olives</p> <p>Salade provençale  (batavia, tomate, poivron, anchois)</p>	<p>Salade du maraîcher (batavia, concombre, champignons, tomates)</p> <p>Feuilleté au bleu</p> <p>Salade brésilienne  (riz, carotte, maïs, haricots rouges, petits pois)</p> <p>Iceberg vinaigrette orientale</p>	<p>Pizza</p> <p>Cervelas vinaigrette </p> <p>Tomate mimolette </p> <p>Salade italienne  (salade composée, tomate, poivrons, mozzarella, jambon, champignons, olives)</p>	<p>Duo de saucissons </p> <p>Œufs durs sauce cocktail </p> <p>Salade de papillons au pistou </p> <p>Melon jaune</p>
<p>Croquette de poisson  l'ail</p> <p>Longe de porc "Pierre Sajous  Beaucens"</p>	<p>Raviolis au gratin </p> <p>Escalope de volaille "Fermiers du gers"</p>	<p>Poulet yassa </p> <p>Filet de colin sauce crème citron</p>	<p>Sauté de bœuf au paprika</p> <p>Nems</p>	<p>Hachis Parmentier</p> <p>Palette de porc sauce diable </p>
<p>Haricots verts</p> <p>Blé</p>	<p>Macaroni</p> <p>Poêlée de Guyane </p>	<p>Riz pilaf</p> <p>Courgettes saveur du jardin</p>	<p>Piperade</p> <p>Semoule</p>	<p>Purée de pommes de terre</p> <p>Carottes fraîches persillées</p>
<p>Yaourt aromatisé</p> <p>Carré de l'Est St-Môret</p> <p>Yaourt nature sucré</p>	<p>Brie</p> <p>Camembert Croc' lait</p> <p>Yaourt nature sucré</p>	<p>Fromage blanc</p> <p>Cotentin Gouda</p> <p>Yaourt nature sucré</p>	<p>Saint-Paulin</p> <p>Croûte noire Fondu Président</p> <p>Yaourt nature sucré</p>	<p>Petit moulé ail et fines herbes</p> <p>Edam Fraidou</p> <p>Yaourt nature sucré</p>
<p>Corbeille de fruits</p> <p>Barre bretonne </p> <p>Flan au chocolat</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Petit pot vanille fraise </p> <p>Compote de pommes</p> <p>Flan à la vanille fruits rouges</p> <p>Corbeille de fruits</p>	<p>Poire au sirop</p> <p>Tarte au citron</p> <p>Compote de fruits mélangés</p> <p>Corbeille de fruits</p>	<p>Cookies au chocolat et épices </p> <p>Corbeille de fruits</p> <p>Pêches au sirop</p> <p>Tarte coco chocolat </p>	<p>Corbeille de fruits</p> <p>Entremets au caramel</p> <p>Liégeois à la vanille </p> <p>Moelleux au cocktail de fruits</p>
<p>Plats préférés </p>	<p>Innovation culinaire </p>	<p>Recettes développement durable </p>	<p>Recettes d'ici et d'ailleurs </p>	<p>La Sède</p>

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine