



















Menus élaborés par la diététicienne de l'EPARC.

L'EPARC se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant l'équilibre nutritionnel et alimentaire du repas.


**Semaine du 14 janvier 2019 au 18 janvier 2019**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTREE	 Carottes râpées	Potage de légumes frais 	 Céleri rémoulade	Crêpe fourrée	 Salade de mâche et mimolette
PLAT	Moelleux de veau sauce forestière	Filet de merlu blanc sauce basilic	Chipolatas "Saveurs des Mauges" 	Langue de boeuf sauce tomate	 Sauté de dinde Label au romarin
PLAT SANS VIANDE	<i>Gratin de chou-fleur à l'emmental (plat complet)</i>		Nuggets de pois chiche sauce ketchup maison	Omelette "maison"	<i>Gratin d'épinards, pommes de terre et dés de brebis ( plat végétarien)</i>
GARNITURE	Purée de chou-fleur	Coquillettes bio  "Ferme du point du jour" 	Ratatouille et riz	Lentilles	Epinards hachés à la crème
PRODUIT LAITIER	Coulommiers	Fromage frais type petit suisse	Croc-lait "décor de Noël"	 Yaourt bio "Bernard Gaborit" 	Fromage inclus dans l'entrée
DESSERT	Purée de pommes bio 	 Poire	Galette des rois	 Ananas	Semoule au lait (lait bio "Bernard Gaborit"  ) 
	Pain	Pain	Pain	Pain	 Pain bio 
SUGGESTION DU SOIR	Omelette roulée aux fines herbes/ Tapioca au lait	Cordon bleu, haricots verts/ Yaourt aromatisé	<i>Accueil de loisirs</i>	Moules marinières/ Crumble aux pommes	Hamburger "maison"/ Clémentines

Menus élaborés par la diététicienne de l'EPARC.

L'EPARC se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant l'équilibre nutritionnel et alimentaire du repas.


















**Semaine du 21 Janvier 2019 au 25 Janvier 2019**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTREE	Salade de lentilles	Salade iceberg à la vinaigrette	Potage de légumes frais	Salade du meunier	Salade coleslaw
PLAT	Couscous aux poissons	Hachis au potimarron bio et soja bio	Goulash de boeuf	Rôti de dinde sauce forestière	Jambon blanc
PLAT SANS VIANDE			Quenelle sauce hollandaise	Filet de colin/lieu sauce persane	Oeufs durs sauce tomate basilic (oeufs)
GARNITURE	Semoule bio		Tortis bio	Haricots beurre persillés	Frites et ketchup "maison"
PRODUIT LAITIER	Lacté caramel	Fraidou	Yaourt sucré "Douceur Angevine"	Coeur de Dame	Fromage fondu
DESSERT	Clémentines	Banane	Orange	Pomme bio	compote de poires et pommes bio fraîches
	Pain	Pain	Pain	Pain	Pain
SUGGESTION DU SOIR	Gougère au fromage/ Compote sans sucre ajouté		Accueil de loisirs	Gratin de gnocchis/ Fromage blanc et muesli	Bibimap/ Ananas

Menus élaborés par la diététicienne de l'EPARC.

L'EPARC se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant l'équilibre nutritionnel et alimentaire du repas.

























**Semaine du 28 Janvier 2019 au 01 Février 2019**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTREE	Pâté de campagne et cornichons	Potage de légumes frais  	Tarte au fromage	 Salade pdt et poulet	 Chou blanc (  ) et emmental
ENTREE SANS VIANDE	Sardine au beurre			Salade de pommes de terre à l'échalote	
PLAT	 Poisson frais sauce à l'oseille => Dos de lieu noir	Cassoulet "maison"	 Gibelotte de volaille Label Rouge 	Vatapa de poisson	Blanquette de veau
PLAT SANS VIANDE		<i>Quiche petits pois et chèvre</i>	Filet de merlu blanc sauce dieppoise		<i>Palet fromager</i>
GARNITURE	Gratin de chou-fleur		Poêlée de légumes racines	Riz	Carottes et pommes de terre
PRODUIT LAITIER	Camembert	 Yaourt nature bio sucré	Fromage inclus dans l'entrée	Fromage frais demi-sel	Fromage inclus dans l'entrée
DESSERT	 Kiwi bio 	 Ananas	 Banane	Clafoutis à la mangue et noix de coco	Cubes de pêche au sirop
	Pain	 Pain bio 	Pain	Pain	Pain
SUGGESTION DU SOIR	Pomme de terre gratinée et salade / Fromage blanc aromatisé	Œuf cocotte et tartine grillée/ Compote de pommes meringuée	<i>Accueil de loisirs</i>		Soufflé au fromage/ Salade de mangue, poire et orange

Menus élaborés par la diététicienne de l'EPARC.

L'EPARC se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant l'équilibre nutritionnel et alimentaire du repas.

















**Semaine du 04 Février 2019 au 08 Février 2019**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTREE	 Salade iceberg à la vinaigrette 	Nems de volaille	  Potage de légumes 	 Carottes râpées (carottes bio  )	 Betteraves à la vinaigrette 
ENTREE SANS VIANDE		<i>Nems de légumes</i>			
PLAT	Tartimouflette "maison"	 Riz cantonnais bio	Fricassée de poisson à l'armoricaine	<i>Gratin d'épinards, pommes de terre et dés de brebis (plat végétarien)</i>	 Sauté de boeuf "Boeuf des Vallées Angevines" 
PLAT SANS VIANDE	<i>Tartimouflette fromagère (sans viande)</i>	 Riz cantonnais bio			 Poisson frais sauce curry => Dos de lieu noir
GARNITURE			Haricots verts au beurre lié		 Tortis bio
PRODUIT LAITIER	 Yaourt aromatisé Douceur Angevine	Fromage blanc au miel	 Saint Nectaire	Fromage frais type petit suisse	Cantafrais
DESSERT	  Fruit	 Litchis	 Fruit	Crepe sauce chocolat noisette	crème à la vanille maison
BOISSON				Jus de pomme	
	Pain	Pain	Pain	Pain	Pain
SUGGESTION DU SOIR	Velouté de champignons/ Crêpe à la confiture		<i>Accueil de loisirs</i>		Croque-monsieur et salade/ Yaourt aromatisé

Menus élaborés par la diététicienne de l'EPARC.

L'EPARC se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant l'équilibre nutritionnel et alimentaire du repas.















**Semaine du 11 Février 2019 au 15 Février 2019**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTREE	Saucisson à l'ail et cornichons	 Potage de carottes bio	 Salade coleslaw	Salade de blé à l'orientale	 Salade d'endives aux croûtons 
ENTREE SANS VIANDE	Oeuf dur mayonnaise				
PLAT	Lasagnes à la bolognaise 	Quiche potiron marron oignon	 Escalope de volaille au beurre" Anjou Volaille"	 Poisson frais sauce citron => Queue de saumon	 Sauté de veau à la provencale (veau bio)
PLAT SANS VIANDE	Lasagnes bolognaise au soja		<i>Filet de hoki sauce citron</i>		Oeufs durs béchamel
GARNITURE			Epinards hachés à la crème	Lentilles bio 	Frites
PRODUIT LAITIER	Saint Paulin	Mimolette	Kiri	Yaourt nature sucré	Rondelé aux noix
DESSERT	 Fruit	Clémentines 	 Crêmet d'Anjou aromatisé	 Fruit	Compote de pomme et banane "maison"
	 Pain bio 	Pain	Pain	Pain	Pain
SUGGESTION DU SOIR					

Menus élaborés par la diététicienne de l'EPARC.

L'EPARC se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant l'équilibre nutritionnel et alimentaire du repas.


















**Semaine du 18 Février 2019 au 22 Février 2019**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTREE	Potage de légumes frais 	 Salade de riz bio	Pamplemousse (en jus pour les maternelles)	Friand au fromage	Chou rouge   et mimolette
PLAT	Couscous aux boulettes de mouton	Rôti de porc au jus	 Boeuf bourguignon	Dos de colin sauce estragon	Nuggets de poulet et ketchup "maison"
PLAT SANS VIANDE	<i>Boulettes végétales</i>	Filet de hoki sauce basquaise	Raviolis au chèvre huile d'olive sauce crème		Nuggets de pois chiche sauce ketchup maison
GARNITURE	Semoule bio 	Haricots verts persillés	Coquillettes bio "Ferme du point du jour" 	Carottes au beurre lié	Purée de pommes de terre au lait fermier
PRODUIT LAITIER	Petit filou	Morbier	Rondelé nature	 Fromage blanc bio	
DESSERT	 Fruit	 Fruit	CAKE chocolat noix de coco	 Fruit	Riz au lait ( lait bio   )
	Pain	Pain	Pain	Pain	Pain
SUGGESTION DU SOIR					

Menus élaborés par la diététicienne de l'EPARC.

L'EPARC se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant l'équilibre nutritionnel et alimentaire du repas.

**Semaine du 25 Février 2019 au 01 Mars 2019**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTREE	Potage de légumes frais  	Rillettes de poissons "maison"	Carottes râpées à l'orange	Salade iceberg oignon frit vinaigrette citronnée	 Betteraves à la vinaigrette 
PLAT	 Gratin de pâtes au saumon façon carbonara	Sauté de dinde "Anjou Volaille" 	 Rôti de boeuf "Boeuf des Vallées" Angevines" 	Hot dog et ketchup "maison"	Omelette "maison"
PLAT SANS VIANDE		<i>Gratin de chou-fleur (plat complet)</i>	<i>Parmentier de légumes</i>	<i>Hot dog, batonnets de poisson et ketchup "maison"</i>	
GARNITURE		Chou-fleur sauté	Purée de céleri		Petits pois au jus
PRODUIT LAITIER	 Yaourt sucré "Douceur Angevine"	Camembert bio 	Lacté goût vanille	Cheddar	Gouda
DESSERT	  Fruit	 Fruit	Madeleine	Milk shake au chocolat	 Compote de pommes bio
	 Pain bio 	Pain	Pain	Pain	Pain
SUGGESTION DU SOIR					

