



# Vos menus du mois de Mars

Du 1 au 5 mars 2021

Du 8 au 12 mars 2021

Du 15 au 19 mars 2021

Du 22 au 26 mars 2021

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

 Tomate et cœurs de palmier en salade  
Dos de colin à la coboulette  
Riz créole  
Samos  
Compote de pomme nectarine

Betteraves en salade  
Dos de colin à la crème  
Nouille  
 Carré fondu  
 Pomme Gala

 Khira raita de concombres  
Filet de colin sauce aurore  
Carottes persillées  
Fromage à l'ail et aux fines herbes  
Flan au chocolat

Végétarien

Céleri en rémoulade  
Boulettes de soja et ketchup  
Légumes couscous et semoule  
Tomme noire à la coupe  
Flan à la vanille

Potage crécy  
Brandade de poisson  
 Pavé du val de saône à la coupe  
 Pomme golden

Pomme de terre en salade  
Filet de colin meunière et quartier de citron  
Julienne de légumes sauce mornay  
Edam à la coupe  
Flan à la vanille

Choux-fleurs à la vinaigrette  
Falafels au coulis de tomate  
Spaghettis  
Petit suisse aux fruits  
 Orange

 Salade de choux-rouges  
Pavé de hoki sauce crème  
Purée de pommes de terre aux herbes  
Crème d'emmental  
Compote de pomme et cassis

Céleri sauce cocktail  
Filet de lieu à la crème  
Pasta chifferi  
Petit moulé nature  
 Cake au pépites de chocolat

Carottes rapées  
Escalope pané végétale  
brocolis à la vapeur et polenta  
Yaourt nature sucré  
 Orange

Végétarien

 Radis roses et beurre  
Nuggets de blé  
Choux-fleurs au jus  
 Fromage fondu le fromy  
 Entremet au praliné

Salade penne rigate  
Steak de soja à la tomate et basilic  
Haricots verts persillés  
Brie à la coupe  
 Banane

 Taboulé de blé  
 Omelette bio nature  
Epinards hachés en béchamel  
Petit suisse nature sucré  
 Banane

Macédoine de légumes à la mayonnaise  
Œufs durs sauce mornay  
Pommes frites au four  
Chanteneige  
Velouté fruit

L'eau c'est la vie

Bouillon aux vermicelles  
Filet de lieu à la ciboulette  
Haricots verts au jus  
Lassi à la mangue  
Mosaïque de fruits

Œuf à la russe  
Risotto à la tomate et au fromage  
Riz blanc  
Croc lait  
 Poire

 Radis rose et beurre  
Paupiette de saumon sauce à la Duglère  
Jardinière de légumes  
Bûche du Pilat à la coupe  
Yaourt aromatisé

Végétarien

 Salade de choux-Blancs  
Crêpes au fromage  
Salade verte  
Saint paulin  
 Crèmeux du chef à la banane et au caramel

Thon à la vinaigrette  
Omelette aux fines herbes  
Pilaf de boulgour  
Carré de l'Est à la coupe  
 Kiwi

Salade à l'italienne  
Chicons et pommes de terre sauce mornay  
Yaourt nature sucré  
 Tarte au chocolat 

\*Plat contenant du porc  
Variante sans porc



Recette du Chef



Agriculture Raisonnée



Produit local



Nouvelle recette



Viande française



Produit issu de l'Agriculture Biologique

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine Estredia propose des repas exempts des 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci de contacter votre chargée de clientèle pour en bénéficier. Nos menus sont élaborés par des diététiciennes diplômées d'Etat. Ils peuvent exceptionnellement subir des modifications.

