



Menus du

Du Lundi 03 au Dimanche 09 Mai 2021

Déjeuner

Dîner

Lundi

03

Salade de tomates
 Sauté de volaille aux épices douces
 Semoule
 Carottes
 Yaourt nature
 Nectarine



Soupe minestrone

Mardi

04

Betteraves vinaigrette
 Quenelle nature sauce tomate
 Courgettes
 Riz
 Petit suisse
 Poire



Potage paysan

Mercredi

05

Salade verte
 Escalope haché de veau au jus
 Gratin de chou-fleur
 Pomme de terre
 Fromage blanc
 Tarte au chocolat



Bouillon aux vermicelles

Jeudi

06

Poireaux vinaigrette
 Rôti de bœuf froid
 Petits pois mijotés
 Carottes
 Yaourt nature
 Fraise



Soupe au pistou

Vendredi

07

Carottes et chou blanc vinaigrette
 Filet de colin lieu sauce basilic
 Tortis
 Fondue d'aubergines
 Yaourt nature
 Cocktail de fruits au sirop



Soupe de poisson

Samedi

08

Poireaux vinaigrette
 Sauté de veau marengo
 Pomme de terre vapeur
 Haricots beurre
 Petit suisse
 Ananas au sirop



Potage de légumes variés

Dimanche

09

Emincé d'endives, pommes et noix
 Rôti de dinde jus aux oignons
 Poêlée méridionale
 Tagliatelles
 Yaourt nature
 Paris brest



Velouté de poireaux et pomme de terre

L'équipe de Garig vous souhaite un bon appétit



LES MENUS SONT SOUS RÉSERVE D'APPROVISIONNEMENTS

Garig



Ville de Tréjus - Menus s/sel - CCAS Tréjus

Menus du

Du Lundi 10 au Dimanche 16 Mai 2021

Déjeuner

Dîner

Lundi

10

Concombre sauce bulgare
Daube de bœuf à l'orange
Polenta
Brocolis
Petit suisse
Flan caramel



Velouté de courgettes

Mardi

11

Salade verte
Aiguillettes de poulet jus au thym
Petits pois
Pomme de terre sautées
Fromage blanc
Madeleine marbré au chocolat



Bouillon aux vermicelles

Mercredi

12

Poireaux vinaigrette
Omelette roulée aux fines herbes
Haricots verts
Riz
Yaourt nature
Ananas au sirop



Potage crécy

Jeudi

13

Salade de tomates
Rôti de dinde miel et romarin
Carottes
Flageolets
Petit suisse
Crème vanille



Potage cultivateur

Vendredi

14

Taboulé
Filet de colin sauce citron
Epinards béchamel
Riz
Fromage blanc
Fraises



Potage de légumes

Samedi

15

Betteraves vinaigrette
Escalope de dinde sauce basquaise
Pomme de terre vapeur
Mousseline de céleri
Petit suisse
Pastèque



Soupe à l'oignon

Dimanche

16

Avocat vinaigrette
Filet de saumon crème aneth
Fondue de poireaux
Macaronis
Yaourt nature
Pomme au four rôtie à la cannelle



Velouté choisy

L'équipe de **Garig** vous souhaite un bon appétit

Manipulant tous types d'aliments dans nos ateliers, trace possible de : poisson, oeuf, crustacé, mollusque, moutarde, céleri, lupin, soja, gluten, sulfite, sésame, fruits à coque, arachide et lait.



Ville de Tréjus - Menus d'été - CCAS Tréjus

Menus du

Du Lundi 17 au Dimanche 23 Mai 2021

Déjeuner

Dîner

Lundi
17

Œuf vinaigrette
Gardiane de bœuf
Semoule
Courgettes persillées
Petit suisse
Fruit



Soupe à la normande

Mardi
18

Céleri vinaigrette
Omelette roulée aux fines herbes
Printanière de légumes
Riz créole
Fromage blanc
Compote pomme banane



Crème de courgettes

Mercredi
19

Melon
Escalope de poulet au jus
Haricots beurre à la tomate
Tortis
Petit suisse
Chou vanille



Bouillon aux vermicelles

Jeudi
20

Cœurs d'artichauts vinaigrette
Rôti de porc aux oignons
Carottes persillées
Pomme de terre
Yaourt nature
Fraises



Soupe de pois cassés

Vendredi
21

Salade de tomates
Filet de colin sauce orly
Epinards sautés
Penne rigate
Petit suisse nature
Gâteau maison à la vanille



Crème dubarry

Samedi
22

Betteraves vinaigrette
Joue de bœuf à la provençale
Pomme de terre vapeur
Haricots plats persillés
Fromage blanc
Fraises



Potage choisy

Dimanche
23

Salade de haricots verts
Filet de dorade sauce diéppoise
Riz
Navets confits à la tomate
Yaourt nature
Tarte aux abricots



Velouté de poireaux, carottes et pomme de terre

L'équipe de Garig vous souhaite un bon appétit



Ville de Tréjus - Menus s/sel - CCAS Tréjus

Menus du

Du Lundi 24 au Dimanche 30 Mai 2021

Déjeuner

Dîner

Lundi
24

Betteraves vinaigrette
Emincé de volaille au curry
Carottes
Lentilles
Fromage blanc
Nectarine



Potage cultivateur

Mardi
25

Tomate croc'sel
Sauté de bœuf aux oignons
Pomme de terre sautées
Haricots verts
Yaourt nature
Crème vanille



Soupe à l'oignon

Mercredi
26

Duo de palmier et maïs
Boulettes de bœuf à l'orientale
Purée de brocolis et de pomme de terre
Petit suisse
Ananas au sirop



Velouté de légumes

Jeudi
27

Concombres vinaigrette
Navarin d'agneau
Semoule
Poivrons confits à la tomate
Fromage blanc
Eclair au chocolat



Soupe de poisson

Vendredi
28

Salade verte
Filet de poisson vapeur
Ratatouille maison
Coquillettes
Yaourt nature
Compote de pommes



Potage tourangelle

Samedi
29

Poireaux vinaigrette
Escalope de veau haché au jus
Tagliatelles
Petits pois mijotés
Petit suisse
Fraises



Velouté de champignons

Dimanche
30

Avocat vinaigrette
Escalope de poulet façon coq au vin
Courgettes sautées
Polenta
Yaourt nature
Carré chocolat



Potage crécy

L'équipe de Garig vous souhaite un bon appétit