

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Salade verte  Chou-fleur sauce cocktail Champignons à la grecque Salade de pâtes	Courgettes râpées au curry  Salade et croûtons  Tomates et basilic  Salade de céréales	Salade de pommes de terre Terrine de poisson Concombre  Salade verte, emmental 	Betteraves Salade de riz au chorizo Toast au thon Radis 
PLATS CHAUDS ET GARNITURES	Nuggets de volaille et ketchup Julienne au beurre citronné Haricots beurre Lentilles	Merguez Omelette aux fines herbes  Semoule Aubergines au thym	Mijoté de haricots rouges à la Mexicaine  Boudin noir aux pommes Courgettes sautées Riz	Sauté de porc au caramel Lieu noir sauce ciboulette Pommes de terre vapeur Tomates à la provençale
FRUITS	Fruit frais 	Fruit frais 	Fruit frais 	Fruit frais 
DESSERTS ET PRODUITS LAITIERS	Fromage ou laitage Flan nappé au caramel Poire façon Belle-Hélène	Fromage ou laitage Banane au chocolat Muffin	Fromage ou laitage Pain perdu Compote de pommes	Fromage ou laitage Mousse au chocolat Tarte au citron
	Salade verte Nuggets de volaille et ketchup Haricots beurre Fruit frais Fromage ou laitage	Courgettes râpées au curry Merguez Semoule Fruit frais Fromage ou laitage	Salade de pommes de terre Mijoté de haricots rouges à la Mexicaine Courgettes sautées Fruit frais Fromage ou laitage	Betteraves Sauté de porc au caramel Pommes de terre vapeur Fruit frais Fromage ou laitage



**Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers sont 100 % Français**

**Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine.**



**Produits locaux**

- \* Tomme de Mézerac et fromage blanc - Ferme de Mézerac
- \* Crème dessert - Laiterie de St Père en Retz



Retrouvez l'ensemble des menus sur :  
**[www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)**

Code à saisir : LDT500XC

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Salade de pommes de terre Salade verte  Betteraves vinaigrette Râpé de légumes au vinaigre balsamique 	Taboulé libanais Cake aux lardons Salade, noix et pommes  Concombre et fromage de brebis 	Carottes râpées au citron  Salade et Gouda  Toast de sardines Pâtes au pesto	Céleri rémoulade  Cervelas vinaigrette Salade verte  Tomates à l'huile d'olive 
PLATS CHAUDS ET GARNITURES	Jambon grillé Aile de raie aux câpres Petits pois cuisinés Boulgour	Carbonara de poisson Paupiette de veau au paprika Epinards Pâtes	Couscous de pois chiches aux fruits secs  Couscous au poulet Semoule / Légumes du couscous	Poisson du jour Sauté de volaille à la crème Riz Brocolis
FRUITS	Fruit frais 	Fruit frais 	Fruit frais 	Fruit frais 
DESSERTS ET PRODUITS LAITIERS	Fromage ou laitage Liégeois au chocolat Tarte fine aux pommes	Fromage ou laitage Marbré Semoule au lait	Fromage ou laitage Rose des sables Pêche rôtie au miel	Fromage ou laitage Ile flottante Quatre-quarts



Salade de pommes de terre Jambon grillé Petits pois cuisinés Fruit frais Fromage ou laitage	Taboulé libanais Carbonara de poisson Epinards Fruit frais Fromage ou laitage	Carottes râpées au citron Couscous de pois chiches aux fruits secs Semoule / Légumes du couscous Fruit frais Fromage ou laitage	Céleri rémoulade Poisson du jour Riz Fruit frais Fromage ou laitage
---	---	---	---

 Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers sont 100 % Français

Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine.

 **Produit de saison**  
Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison

 **Produits locaux**  
\* Tomme de Mézerac et fromage blanc - Ferme de Mézerac  
\* Crème dessert - Laiterie de St Père en Retz

 **Plat végétarien**

Retrouvez l'ensemble des menus sur : [www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)



Code à saisir : LDT500XC

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Salade de riz aux trois poivrons Salade verte  Pomelo Carottes râpées à la ciboulette 	Pâtes au thon, tomates et basilic Salade et croûtons Radis Cerveals vinaigrette	Semaine du goût	Tzaziki de concombre Œuf mayonnaise Salade verte  Carottes râpées 
PLATS CHAUDS ET GARNITURES	Cordon bleu  Pané au fromage Haricots verts persillés Riz aux petits légumes	Fondant de porc aux champignons Lieu rôti aux herbes Semoule épicée Carottes au beurre		Pâtes à la bolognaise Poisson du jour Fenouil confit Pâtes
FRUITS	Fruit frais 	Fruit frais 		Fruit frais 
DESSERTS ET PRODUITS LAITIERS	Fromage ou laitage Carpaccio d'ananas  Gaufre	Fromage ou laitage Abricots melba Gâteau bulgare		Fromage ou laitage Smoothie  Rocher à la noix de coco



Salade de riz aux trois poivrons Cordon bleu Haricots verts persillés Fruit frais Fromage ou laitage	Pâtes au thon, tomates et basilic Fondant de porc aux champignons Semoule épicée Fruit frais Fromage ou laitage	Semaine du goût	Tzaziki de concombre Pâtes à la bolognaise Fenouil confit Fruit frais Fromage ou laitage
--	---	-----------------	--

**Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers sont 100 % Français**

**Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine.**

 **Produit de saison**  
Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison

 **Produits locaux**  
\* Tomme de Mézerac et fromage blanc - Ferme de Mézerac  
\* Crème dessert - Laiterie de St Père en Retz

 **Plat végétarien**

Retrouvez l'ensemble des menus sur : [www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)



Code à saisir : LDT500XC