



Menus de la semaine 36
APEMS & REfectoire D'ECUBLENS



lundi, 2 septembre 2024

Menu froid

Salade verte

Tacchino tonnato

(rôti de dinde (France) cuit à basse température sauce au thon (Océan Indien), câpres et anchois (Atl Nord))
(moutarde, œuf, poisson, sulfites, lactose)

Salade de riz à l'italienne

(céleri, fruits à coque, lactose, moutarde, œuf, soja)

Nectarine

Pain Mi-Blanc **(gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)**

mardi, 3 septembre 2024

Salade de betterave au balsamique et graines de tournesol *(sulfites)*

Cannelloni de bœuf *(Suïssa)*, sauce tomate au basilic

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Salade mêlée

Compote pomme-ananas

Pain Bis Noir **(gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)**

mercredi, 4 septembre 2024

Crème glacée de courgette et lime *(céleri, gluten, lactose)*

Filet de poulet *(Suïssa)* cuit à basse température, au Ras el-hanout

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Boullgour aux abricots secs *(gluten)*

Légumes à la marocaine *(céleri, gluten)*

Yogourt nature *(lactose)*

Pain Torsade **(gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)**

jeudi, 5 septembre 2024

Végétarien

Salade Pico de gallo

(avocat, ciboulette, tomate, coriandre, jus de citron et huile d'olive)

Burrito d'omelette à la Mexicaine **(œuf, arachide)**

(julienne de légumes à la sauce chili)

Ragoût de haricots rouges au cumin

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Flan au caramel **(lactose, œuf)**

Pain Pavé **(gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)**

vendredi, 6 septembre 2024

Salade de concombre et feta *(lactose)*

(concombre, dattes, feta, tomates séchées et aneth)

Dos de cabillaud (MSC Atl Nord), sauce chorizo de dinde (France)

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja, fruits à coque)

Ecrasé de pommes de terre à la ciboulette

Haricots plats aux échalotes

Fruits

Pain Paysan **(gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)**

Sauce French **(moutarde, œuf)**

Sauce maison **(moutarde, œuf)**

Sauce balsamique





Menus de la semaine 36

VEGETARIEN



lundi, 2 septembre 2024

Menu froid

Salade verte

Oeuf dur mayonnaise (œuf, moutarde, sulfites)

Salade de riz à l'italienne

(céleri, fruits à coque, lactose, moutarde, œuf, soja)

Nectarine

Pain Mi-Blanc (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

mardi, 3 septembre 2024

Salade de betterave au balsamique et graines de tournesol (sulfites)

Cannelloni ricotta épinard, sauce tomate au basilic

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Salade mêlée

Compote pomme-ananas

Pain Bis Noir (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

mercredi, 4 septembre 2024

Crème glacée de courgette et lime (céleri, gluten, lactose)

Escalope de quorn, au ras el-hanout

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Boullgour aux abricots secs (gluten)

Légumes à la marocaine (céleri, gluten)

Yogourt nature (lactose)

Pain Torsade (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

jeudi, 5 septembre 2024

Salade Pico de gallo

(avocat, cabbette, tomate, coriandre, jus de citron et huile d'olive)

Burrito d'omelette à la Mexicaine (œuf, arachide)

(julienne de légumes à la sauce chili)

Ragoût de haricots rouges au cumin

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Flan au caramel (lactose, œuf)

Pain Pavé (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

vendredi, 6 septembre 2024

Salade de concombre et feta (lactose)

(concombre, dattes, feta, tomates séchées et aneth)

Falafel tradition, sauce fromage blanc (lactose)

Ecrasé de pommes de terre à la ciboulette

Haricots plats aux échalotes

Fruits

Pain Paysan (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce maison (moutarde, œuf)

Sauce balsamique



Menus de la semaine 36

Menus destinés aux enfants souffrant d'allergies ou d'intolérances alimentaires

lundi, 2 septembre 2024
<p>Menu froid</p> <p>Salade verte</p> <p>Tacchino tonnato <i>(rôti de dinde (France) cuit à basse température sauce au thon (Océan Indien), câpres et anchois (Atl. nord) (poisson, moutarde))</i></p> <p>Salade de riz à l'italienne</p> <p>Nectarine</p>
mardi, 3 septembre 2024
<p>Salade de betterave</p> <p>Cornettes sans gluten, sauce tomate au basilic et tofu <i>(soja)</i></p> <p>Salade mêlée</p> <p>Compote pomme-ananas</p>
mercredi, 4 septembre 2024
<p>Soupe glacée de courgette et lime</p> <p>Filet de poulet <i>(Suisse)</i> cuit à basse température, aux épices</p> <p>Quinoa aux abricots secs</p> <p>Légumes à la marocaine</p> <p>Yogourt coco</p>
jeudi, 5 septembre 2024
<p>Salade Pico de gallo <i>(avocat, cébette, tomate, coriandre, jus de citron et huile d'olive)</i></p> <p>Burrito de légumes et tofu à la Mexicaine <i>(soja)</i></p> <p>Ragoût de haricots rouges au cumin</p> <p>Crème au caramel</p>
vendredi, 6 septembre 2024
<p>Salade de concombre</p> <p>Dos de cabillaud <i>(MSC Atl. Nord), sauce citron (Poisson)</i></p> <p>Ecrasé de pommes de terre à la ciboulette</p> <p>Haricots plats aux échalotes</p> <p>Salade de fruits</p>