

MENUS Portage à domicile Juillet août

Semaine du
12-août au 18-août



		DEJEUNER	DINER/COLLATION
		Choix A	
LUNDI	12-août	Salade verte BIO aux noix	
		Escalope de poulet LR Vallée d'Auge (crème, jus de pommes, champignons)	Tarte au fromage
		Boulgour pilaf	
		Camembert	Emmental
		Tarte normande	Semoule au lait
MARDI	13-août	Salade de coquillettes au pesto	
		Sauté de bœuf LR sauce bobotie (cumin, curry, cannelle, raisins et abricots secs)	Bouchées azukis
		Lentilles	
		Fromage blanc nature et sucre	Fromage frais aux fruits
		Fruits de saison	Compote de pommes
MERCREDI	14-août	Radis et beurre	
		Crêpinette sauce basilic	Feuilleté au chèvre
		Champignons à la crème	
		Petit moulé ail et fines herbes	Yaourt nature et sucre
		Crème dessert vanille	Compote pomme fraise cassis BIO
JEUDI	15-août	Concombre au tzatziki	
		Sauté d'agneau à l'oriental (Légumes couscous, oignons, ail, paprika)	Cheeseburger
		Légumes couscous	
		Fromage frais sucré	Fromage frais au sel de Guérande
		Fruits de saison	Fruits de saison
VENDREDI	16-août	Roulade de volaille et cornichons	
		Brandade de poisson du chef	Courgettes farcies
		Salade verte	
		Comté AOC	Brie
		Poire au sirop	Compote pommes abricot
SAMEDI	17-août	Sardines à l'huile	
		Tête de veau sauce gribiche	Omelette nature BIO
		Carottes vichy	
		Yaourt à la vanille BIO	Faisselle et sucre
		Cake au citron du chef	Fruit de saison
DIMANCHE	18-août	Asperges vinaigrette	
		Filet de loup sauce lombarde (Tomates, ail, épices paëlla, ciboulette)	Friand au fromage
		Pépinettes	
		Fromage frais aux fruits	Mimolette
		Chou vanille	Poire au sirop

