

Plats du jour / Mois de novembre

- MAR 01** Petit salé aux lentilles
- MER 02** Mijoté de veau à la crème d'asperges, pommes de terre sautées à l'ail
- JEU 03** Poulet pané sauce citron, riz sauté aux oignons grillés
- VEN 04** Mi cuit de thon au lard, crème d'ail et purée de pommes de terre au pesto d'herbes

- SAM 05** **SASHIMI DE THON JAUNE, DUO DE SAUCE**
- DIM 06**

- MAR 15** Collier d'agneau à l'indienne, riz aux amandes
- MER 16** Tagliatelles crème de saumon fumé
- JEU 17** Rôti de veau orloff, poêlée de pommes de terre et champignons
- VEN 18** Papillote de poisson aux légumes, coco et gingembre

- SAM 19** **MIX GRILL**
- DIM 20**

- LUN 21** Boulettes de bœuf gratiné sauce tomate, gratin de choux de chine
- MAR 22** Brochettes de poulet mariné à la citronnelle, wok de légumes
- MER 23** Rôti de porc au lait de coco, légumes pays
- JEU 24** Maa Tinto
- VEN 25** Bricks de poisson, bisque de crevettes et julienne de légumes

- SAM 26** **JARRET DE BŒUF SAUCE PORTO**
- DIM 27**

- LUN 28** Porc au sucre, riz pilaf
- MAR 29** Cuisses de poulet sauce cocotte, poêlée de carotte à l'ail
- MER 30** Hachis parmentier de bœuf et patates douces

Semaine Healthy

- LUN 07** Ballotine de volaille au curcuma, tomates marinées et tombée de choux blanc au gingembre
- MAR 08** Tartare de thon au fenouil, aux herbes et graines de lin, légumes vapeur
- MER 09** Salade de foie de volailles aux lentilles et aux légumes, vinaigrette à l'huile de lin
- JEU 10** Foie de veau, sésame, cacahuètes, citron à la thaï, wok de légumes
- VEN 11** Poisson du Marché vapeur, anchoïade et tapenade, taboulé de quinoa
- SAM 12** SAUMON POCHÉ AU PARFUM DE CITRON, COULIS DE POIVRONS ET ASSORTIMENT DE LÉGUMES CRUS MARINÉS
- DIM 13**

- LUN 14** Blancs de poulet marinés aux épices à la plancha, taboulé et sauce yahourt