

MIDI LUNDI 28 OCTOBRE

	Salade de papillons (pâtes) au pesto (basilic) BIO	
	Salade USA	
	1/2 coquelet rôti au jus	
	Steak de colin Waterzoï (céleri, carottes, crème, oignons)	
	Haricots verts à l'ail	
	Boulgour safrané	
	Yaourt nature	
	Saint Paulin	
	Fruit de saison	
	Pruneaux au sirop	

MIDI MARDI 29 OCTOBRE

Entrée	Carottes râpées, fromage blanc	
	Œufs durs mayonnaise	
Plat	Filet de hoki Armoricaïne (fumet poisson, ail, oignons, échalotes, tomates, cognac)	
	Escalope de dinde Dijonnaise (moutarde, ail, oignons)	
Légumes	Purée de pommes de terre	
	Emincé de poireaux, crème	
Fromage	Tomme BIO	
	Carré frais BIO	
Dessert	Liégeois au café	
	Fruit de saison	

MIDI MERCREDI 30 OCTOBRE

Entrée	Cœurs de palmiers et maïs	
	1/2 pomelos et sucre	
Plat	Sauté de porc charcutière (vin blanc, échalotes, moutarde)	
	Paëlla marine	
Légumes	Blettes	
	Riz paëlla	
Fromage	Coulommiers	
	Camembert	
Dessert	Cake pépites de chocolat BIO	
	Fruit de saison	

SOIR

Entrée	Potage de courgettes	
	Salade verte	
Plat	Escalope de veau à l'ancienne	
	Quiche Lorraine	
Légumes	Lentilles	
	Poêlée de légumes	
Fromage	Fraidou	
	Cœur de Dame	
Dessert	Fruit de saison	
	Petits Suisses aux fruits	



SOIR

Entrée	Potage 3 légumes et lentilles	
	Betteraves mimosa	
Plat	Cordon bleu	
	Crépinette de porc, échalotes	
Légumes	Chou-fleur Béchamel	
	Blé	
Fromage	Bleu d'Auvergne	
	Brie	
Dessert	Compote pomme pêche	
	Fruit de saison	

SOIR

Entrée	Potage vert pré	
	Concombres vinaigrette	
Plat	Chou farçi	
	Blanc de poulet crème	
Légumes	Gnocchis	
	Petits pois au jus	
Fromage	Mimolette	
	Petit moulé ail et fines herbes	
Dessert	Fruit de saison	
	Crème au caramel	

POUR M.



MIDI JEUDI 31 OCTOBRE

Entrée	Mâche et croûtons	
	Friand à la viande	
Plat	Omelette au fromage	
	Boulettes d'agneau Andalouse	
Légumes	Jardinière de légumes persillés	
	Spaghettis	
Fromage	Fromage blanc nature	
	Edam	
Dessert	Fruit de saison	
	Compote de fruits	

Pour que vos repas soient un moment
de plaisir et de saveurs

Horaires de Tournées
Du Lundi au Vendredi
Matin : 7h30 à 11h30
Après-midi : 12h à 14h

*vous connaître,
pour mieux vous servir*



17 Avenue de Louate
ZI La Plaine Nord
11100 MONTREDON

Tél : 04 68 45 59 10

Mail: service.restauration@sivom-narbonne-rural.fr

Site web : www.sivom-narbonne-rural.fr

**Composez vous-même vos menus
(sous réserve de la disponibilité
du fournisseur)**

CIAS du SIVOM Narbonne Rural

MENU



MIDI & SOIR



Merci de nous rendre le menu de cette semaine
au plus tard le vendredi 4 octobre
Merci de votre compréhension.

POUR M.

SOIR

Entrée	Potage de poireaux BIO	
	Brocolis vinaigrette	
Plat	Filet de cabillaud sauce câpres	
	Bouchée à la reine	
Légumes	Potiron	
	Pommes lamelles vapeur	
Fromage	Croc'lait	
	Carré de l'Est	
Dessert	Mousse au marrons	
	Fruit de saison	

MIDI VENDREDI 1 NOVEMBRE

Entrée	Terrine de légumes, mayonnaise
	Saucisson à l'ail
Plat	Gigot d'agneau
	Queue de lotte sauce des Amériques
Légumes	Spatzle (pâtes)
	Champignons à la crème
Fromage	Montboissier
	Gouda
Dessert	Flan pâtissier
	Fruit de saison

MIDI SAMEDI 2 NOVEMBRE

Entrée	Salade Vosgiennes aux lardons
	Macédoine mayonnaise BIO
Plat	Quenelles sauce Lyonnaise
	Côte de porc au jus
Légumes	Purée de patates douces
	Brocolis Béchamel
Fromage	Coupelle de chèvre
	Tomme
Dessert	Semoule au lait
	Fruit de saison

MIDI DIMANCHE 3 NOVEMBRE

Entrée	Rosette et beurre
	Champignons à la Grecque
Plat	Sauté de canard aux pruneaux
	Bœuf Mironton (fond de veau, maïzena, cornichons, oignons, beurre)
Légumes	Epinards braisés
	Riz Camarguais
Fromage	Roquefort
	Port Salut
Dessert	Ile flottante
	Fruit de saison

SOIR

Entrée	Potage de potiron BIO
	Radis et beurre
Plat	Rognons de bœuf grand-mère (crème, ail, champignons, haricots noirs)
	Escalope de dinde au jus
Légumes	Haricots beurre
	Carottes Vichy
Fromage	Saint Nectaire
	Brebis crème
Dessert	Fruit de saison
	Eclair au café



SOIR

Entrée	Potage couscous
	Chou-fleur vinaigrette
Plat	Pilons de poulet rôti au miel
	Brandade de poisson (plat unique)
Légumes	Salsifis crème
	Purée de pommes de terre
Fromage	Fourme d'Ambert
	Rouy
Dessert	Crème au praliné
	Fruit de saison

SOIR

Entrée	Potage paysan BIO
	Endives et emmental
Plat	Saucisse de Francfort moutarde
	Fruits de mer à la Sétoise (vin blanc, oignons, ail, tomates, roussette, laurier)
Légumes	Navets braisés
	Pennes (pâtes)
Fromage	Yaourt aux fruits
	Fournols
Dessert	Fruit de saison
	Carré framboisine

POUR M :





Pour que vos repas soient un moment
de plaisir et de saveurs

Horaires de Tournées
Du Lundi au Vendredi
Matin : 7h30 à 11h30
Après-midi : 12h à 14h



17 Avenue de Louate
ZI La Plaine Nord
11100 MONTREDON

Tél : 04 68 45 59 10

Mail: service.restauration@sivom-narbonne-rural.fr

Composez vous-même vos menus
(sous réserve de la disponibilité
du fournisseur)

Mieux vous connaître,
pour mieux vous servir

CIAS du SIVOM Narbonne Rural

MENU MIDI & SOIR



Merci de nous rendre le menu de cette semaine
au plus tard le vendredi 4 octobre
Merci de votre compréhension.

POUR M.

