




Menus conseil Diet

## Lundi de Pentecôte

lundi 25 mai	mardi 26 mai	mercredi 27 mai	jeudi 28 mai	vendredi 29 mai
	Salade de maïs	Feuilleté jambon emmental	Céleri rémoulade	Coleslaw
	Macédoine vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette 	Champignons à la grecque	Salade de pois chiches 
	Tzatziki à la betterave	Piémontaise	Taboulé de radis	Salade de riz maïs & ciboulette
	Escalope viennoise	Rôti de dinde sauce crème 	Steak haché grillé	Fish and chips 
	Falafel sauc tahini au fromage blanc 	Filet de hoki MSC sauce forestière 	Marmite du pêcheur au colin MSC 	Chipolatas
	Haricots verts à l'ail	Tortis	Brocolis gratinés	Frites
	Riz pilaf	Chou-fleur rôti au paprika	Boulgour	Salade verte 
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Laitage	Laitage	Laitage	Laitage
	Fromage blanc au spéculos	Fruit de saison	Quatre quart	Fruit de saison
	Fruit de saison	Crème vanille	Fruit de saison	Mousse au chocolat
	Liégeois	Pêche au sirop	Salade de fruit	Semoule au caramel

# Déjeuner Maristes

## Menus conseil Diet

lundi 01 juin	mardi 02 juin	mercredi 03 juin	jeudi 04 juin	vendredi 05 juin
Crêpe au fromage	Concombre à la bulgare	Radis rose	Carottes râpées à l'échalote 	Salade de riz mais & oeuf dur
Salade de brocolis	Salade de pomme de terre aux herbes	Rillettes	Surimi mayonnaise	Chou blanc façon rémoulade
Salade verte aux croûtons 	Céleri râpé aux pommes vinaigrette	Poireaux vinaigrette 	Salade haricots verts sauce parmesan	Betteraves vinaigrette
Jambon braisé	Lasagnes bolognaise 	Nuggets de volaille	Boulettes d'agneau sauce tomate	Waterzoi de colin MSC 
Omelette fromagère 	Lasagnes au poisson MSC 	Filet de lieu MSC sauce bonne femme 	Filet de Hoki MSC sauce citron 	Escalope de dinde sauce dijonnaise
Carottes façon vichy 	Salade verte 	Petit pois au jus	Riz basmati	Haricots beurre persillés
Semoule HVE 	-	Blé	Chou fleur rôti à l'ail	Pomme de terre au four
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
Laitage	Laitage	Laitage	Laitage	Laitage
Fruit de saison	Fromage blanc aux fruits	Ile flottante	Crème dessert pralinée	Salade de fruit
Liégeois vanille	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison
Cocktail de fruit	Donut's	Banane au caramel	Compote de pommes	Riz au lait

## Menus conseil Diet

lundi 08 juin	mardi 09 juin	mercredi 10 juin	jeudi 11 juin	vendredi 12 juin
Céleri rémoulade	Salade de concombre	Salade d'haricots rouges	Chou blanc et fromage blanc au curry	Radis rose
Champignons à la grecque	Pâté de campagne & cornichon	Salade verte vinaigrette 	Poireaux vinaigrette 	Pastèque
Friand au fromage	Taboulé	Salade de riz aux asperges & oeuf dur	Crêpe au fromage	Demi pomelos
Rougail saucisse 	Cheeseburger	Escalope de porc sauce louisiane 	Filet de hoki MSC aux épices 	Filet de lieu MSC sauce crème 
Dos de colin MSC façon blanquette 	Omelette 	Beignet de poisson MSC sauce tartare 	Tortellini ricotta épinards 	Sauté de volaille
Carottes braisées 	Frites	Chou-fleur en gratin	Blé à la tomate 	Petit pois aux oignons
Riz Pilaf au thym	Céleri rôti	Coquillettes HVE 	Salade verte	Pomme vapeur
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
Laitage	Laitage	Laitage	Laitage	Laitage
Fruit de saison	Fruit de saison	Tarte au flan	Eclair au chocolat	Fruit de saison
Mousse chocolat	Compote de fruit	Salade de fruit	Fruit de saison	Poire au sirop
Ananas au sirop	Crème dessert praliné	Fruit de saison	Liégeois vanille	Flan nappé caramel

## Menus conseil Diet

lundi 15 juin	mardi 16 juin	mercredi 17 juin	jeudi 18 juin	vendredi 19 juin
Salade de pâtes	Betterave vinaigrette	Carottes râpées citron 	Concombre aux dès de brebis vinaigrette	Salade de lentilles vinaigrette 
Saucisson à l'ail & cornichon	Wrap	Terrine de poisson	Taboulé	Oeuf Mayonnaise
Salade verte vinaigrette 	Céleri rémoulade	Macédoine mayonnaise	Chou rouge aux pommes	Salade de maïs et thon
Cuisse de poulet mariné 	Filet de hoki MSC sauce nantua 	Cordon bleu	Bolognaise	Escalope de dinde sauce miel moutarde 
Fricassé de poisson MSC gratinée 	Chipolatas aux herbes	Boulettes thai 	Poisson pané	Calamar à la romaine
Haricots plats en persillade	Ecrasé de pomme de terre 	Brocolis	Tortis HVE 	Epinards fondants
Semoule HVE 	Carottes braisées 	Blé à la tomate	Salade verte 	Riz créole
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
Laitage	Laitage	Laitage	Laitage	Laitage
Fruit de saison	Compote de fruit	Fruit de saison	Abricot au sirop	Salade de fruit
Crème dessert chocolat	Fruit de saison	Fromage blanc aux fruits	Fruit de saison	Fruit de saison
Cocktail de fruits	Beignet au chocolat	Liégeois	Glace	Tarte aux pommes



# Déjeuner Maristes

Menus conseil Diet				
lundi 22 juin	mardi 23 juin	mercredi 24 juin	jeudi 25 juin	vendredi 26 juin
Crêpe aux champignons	Tomates mozza	Salade mexicaine	Betteraves vinaigrette	Pastèque
Salade verte vinaigrette	Melon	Céleri rémoulade	Salade verte vinaigrette	Macédoine mayonnaise
Chou fleur sauce cocktail	Salade pois chiches	Oeuf dur mayonnaise	Salade de pâtes	Concombre vinaigrette
sauce Carbonara	Omelette au cheddar	Escalope de porc sauce curry	Boulettes de boeuf sauce tomate	Blanquette de poisson MSC
sauce Saumon fumé	Saucisse de Toulouse	Filet de lieu MSC sauce echalote	Filet de hoki MSC sauce vierge	Cuisse de poulet sauce Tex Mex
Penne HVE	Frites	Riz pilaf	Poêlée de légumes	Courgettes sautées
Salade verte	Piperade	Duo de carottes & navets au miel	Pomme de terre persillées	Macaronies HVE
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
Laitage	Laitage	Laitage	Laitage	Laitage
Fruit de saison	Liégeois vanille	Fruit de saison	Brownie	Fruit de saison
Fromage blanc aux fruits	Fruit de saison	Flan caramel	Fruit de saison	Glace
Muffin	Ananas au sirop	Mousse citron	Compote de poires	Cocktail de fruits

PRODUITS BIO   
 REPAS VÉGÉTARIEN

PÊCHE DURABLE

RECETTE DU CHEF

PRODUITS LOCAUX

PRODUITS LABELISÉS

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.

API RESTAURATION, S.A. à Directeur et Conseil de Surveillance - Capital de 1.000.000€ - RCS Lille Métropole - 477.181.010 - 4 rue du Pr. Pierre VELLAS 31300 TOULOUSE



# Déjeuner Maristes

## Menus conseil Diet

lundi 29 juin	mardi 30 juin	mercredi 01 juillet	jeudi 02 juillet	vendredi 03 juillet
Oeuf mimosa	Salade de maïs	Feuilleté jambon emmental	Melon	Coleslaw
Salade verte emmental 	Macédoine vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette 	Champignons à la grecque	Concombre vinaigrette 
Haricots beurre persil vinaigrette échalote	Tzatziki à la betterave	Piémontaise	Taboulé de radis	Salade de riz maïs & ciboulette
Sauté de poulet aux olives 	Escalope viennoise	Rôti de dinde sauce crème 	Steak haché grillé	Fish and chips 
Filet de lieu MSC à la dieppoise 	Falafel sauc tahini au fromage blanc 	Filet de hoki MSC sauce forestière 	Marmite du pêcheur au colin MSC 	Chipolatas
Semoule HVE au beurre 	Haricots verts à l'ail	Tortis	Poêlée d'aubergines	Frites
Endives braisées	Riz pilaf	Ratatouille	Boulogour	Salade verte 
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
Laitage	Laitage	Laitage	Laitage	Laitage
Compote de fruit	Fromage blanc au spéculos	Fruit de saison	Quatre quart	Fruit de saison
Fruit de saison	Fruit de saison	Crème vanille	Fruit de saison	Mousse au chocolat
Gauffre au sucre	Liégeois	Pêche au sirop	Salade de fruit	Semoule au caramel

PRODUITS BIO



REPAS VÉGÉTARIEN



PÊCHE DURABLE



RECETTE DU CHEF



PRODUITS LOCAUX



PRODUITS LABELISÉS



Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.

