

Menu de la Semaine

Du 07 au 11 Octobre de 2019

		Déclaration de Nutrition (100g/ml):						
		V. Calorique (kj)	V. Calorique (Kcal)	Lipide (g)	Saturé (g)	Sucres (g)	Sel (g)	
JOUR DE LA FRANCE								
Lundi	Soupe	Ail	252	60	2,3	0,3	2,4	0,1
	Général	Coq au vin et riz cantonnais	656	157	9,5	3,9	0,6	0,4
	Végétarien*	Ratatouille aux oeufs brouillés	453	108	3,2	0,5	1,6	0,1
	Légumes Cuits	Haricots verts sautés						
	Buffet de salades	Carottes et laitue / Salade du jour (Pâtes sautées) / Fromage divers	104	25	0,3	0,1	2,8	0,3
	Dessert	Fruit de saison/Yaourt/ Mousse au chocolat	38 / 3657 / 86	0 / 2	0 / 0	13 / 0	0 / 0	0 / 0
Mardi	Soupe	Épinards	257	61	4,8	0,7	2,7	0,3
	Général	Beignets de morue et riz à la tomate	673	161	9,3	1,7	0,7	0,1
	Végétarien*	Lasagnes aux épinards et champignons	617	147	1,0	0,2	1,7	0,2
	Légumes Cuits	Chou sauté						
	Buffet de salades	Laitue et carottes / Salade du jour (Quiche) / Fromage frais	81	19	0,0	0,0	4,1	0,4
	Dessert	Fruit de saison / Toast fromage ou compote/ Yaourt	38 / 3657 / 86	0 / 0	0 / 2	13 / 0	0 / 0	0 / 0
Mercredi	Soupe	Crème de carottes et citrouille	226	54	1,1	0,2	1,9	0,1
	Général	Pates " a Lavrador" (veau, porc, et haricots rouges)	899	215	7,9	2,5	1,8	0,1
	Végétarien*	Galettes végétariennes et riz aux carottes	453	108	3,2	0,5	1,6	0,1
	Légumes Cuits	Brocolis sautés						
	Buffet de salades	Chou rouge et maïs / Salade du jour (pommes de terre) / Fromage en cubes	353	84	3,8	1,1	0,6	0,1
	Dessert	Fruit de saison / Salade de fruits	38 / 3657 / 86	0 / 2	0 / 0	13 / 0	0 / 0	0 / 0
Jeudi	Soupe	Chou blanc	190	45	1,5	0,2	2,5	0,1
	Général	Filet de flétan au four et pommes de terre sautées	651	156	3,3	0,4	0,7	0,2
	Végétarien*	Jardinière au soja	484	116	2,0	0,2	2,4	0,2
	Légumes Cuits	Mini-carottes sautées						
	Buffet de salades	Tomates et concombres / Salade du jour (pois chiches) / Fromage en tranches	192	46	0,4	0,1	2,0	0,2
	Dessert	Fruit de saison / Yaourt / Pommes au four	38 / 3657 / 86	0 / 0	0 / 2	13 / 0	0 / 0	0 / 0
Vendredi	Soupe	Julienne de légumes	252	60	2,3	0,3	2,4	0,1
	Général	Steak de porc grillé aux herbes aromatiques et riz aux petits pois	656	157	9,5	3,9	0,6	0,4
	Végétarien*	Ragoût de haricots et tofu	453	108	3,2	0,5	1,6	0,1
	Légumes Cuits	Chou-fleur gratiné						
	Buffet de salades	Laitue et carottes / Salade du jour (paysanne) / Fromage frais	104	25	0,3	0,1	2,8	0,3
	Dessert	Fruit de saison/ Yaourt / Fruits en tranches	38 / 3657 / 86	0 / 2	0 / 0	13 / 0	0 / 0	0 / 0

Allergènes : Informez-vous auprès de notre équipe. La contamination croisée ne peuvent être exclus dans notre restaurant.

Sans sucres ajoutés, ne contient que des sucres naturellement présents dans les aliments utilisés.

