
















Semaine du 8 au 12 janvier 2018 - DEJEUNER

Epiphanie

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Taboulé <small>(semoule, tomate, concombre, olive, maïs, poivrons, basilic)</small> Salade de riz <small>(riz, olives verte et noire, haricots rouges, poivrons verts et rouges)</small> Pamplemousse  Betteraves vinaigrette maison	Salade verte aux croûtons Salade d'endives Saucisson sec Quiche Lorraine	Chou rouge râpé sauce enrobante échalote  Salade Ninon <small>(batavia, crevettes, ananas, pommes)</small> Salade colombienne <small>(haricots rouges, batavia, maïs, cœur de palmier)</small> Saucisson à l'ail 	Carottes râpées vinaigrette maison Céleri rémoulade Coquillettes sauce cocktail  Friand au fromage	Pâté de foie  Rillettes à la sardine Haricots verts au maïs Salade douceur <small>(carottes, frisée, betterave, chou blanc)</small>
Poulet sauce mimolette Local Fermier du Gers  Lieu à l'indienne	Rôti de dinde aux herbes Kefta d'agneau à la harissa 	Lieu meunière & citron  Fricassée de foies de volaille persillé	Sauté de bœuf mironton Sausisse de Francfort 	Filet de colin pané Longe de porc au jus
Choux-fleurs Bio persillés Pommes noisettes	Haricots beurre saveur du jardin Flageolets à la tomate	Boulgour aux petits légumes Jardinière de légumes	Semoule Bio Pêlé mêle provençal	Riz créole Blettes au gratin
Fraidou Tartare ail et fines herbes Brie Yaourt nature	Fromage blanc Croûte noire Rondelé nature Yaourt nature	Gouda Saint Paulin Cotentin Yaourt nature	Yaourt nature Yaourt aromatisé Camembert St Môret	Coulommiers Tomme blanche Tartare ail et fines herbes Yaourt nature
Fruit de saison Compote de pommes Fromage blanc touche de kiwi Gaufre créole 	Galette des rois Entremet au caramel Fruit de saison Mousse chocolat au lait 	Banane au chocolat  Liégeois à la vanille  Tarte de rhubarbe meringuée Fruit de saison	Compote pomme et caramel Poires au sirop Fruit de saison Tarte noix de coco 	Salade de fruits Fruit de saison Tarte citron meringuée  Mousse au café

Plats préférés 

Innovation culinaire 

Recettes développement durable 

Recettes d'ici et d'ailleurs 

Restaurant la Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 15 au 19 janvier 2018 - DEJEUNER



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Quiche Lorraine Macédoine mayonnaise Assiette de salami Salade de pommes de terre (pommes de terre, échalote, persil, tomate)	Céleri rémoulade Salade so british (chou, fenouil, raisins, pomme granny, carotte, fromage blanc, mayonnaise, sauce Worcestershire) Tomate emmental Betterave persillées	Salade de maïs (maïs, tomate, salade, persil) Houmous et mouillettes (pois chiche, huile d'olive, jus de citron, ail, coriandre, carotte, pain de mie) Salade paysanne (poireaux, pomme de terre, oignons, crème, courgettes, carottes) Salade croquante	Salade choubidou (chou rouge râpé, raisin de Corinthe, vinaigrette au sirop de cassis) Salade composée vinaigrette maison Friand à la viande Pâté de campagne	Carottes Bio sauce ail (carottes, navets, fromage blanc, mayonnaise, ail) Salade club (salade verte, tomate, épaule, emmental) Cervelas vinaigrette Crêpe au fromage
Grilladou de bœuf aux olives Filet de poisson à la tunisienne	Palette Provençale Nuggets de volaille	Escalope de porc à la diable Tarte à l'oignon	Haut de cuisse sauce USA Local fermier du Gers Filet de hoki sauce vierge	Beignet de merl au citron Sauté de veau
Torsades Brunoise de légumes saveur Oriental	Courgettes Bio Mexique Purée	Petits pois Semoule	Frites Céleri béchamel	Epinards à la crème Riz créole
Petit suisse nature Yaourt nature Fromy Saint Paulin	Tartare ail et fines herbes St Môret Coulommiers Yaourt nature	Yaourt aromatisé Yaourt nature Cotentin Edam	Emmental Gouda Fraidou Yaourt nature	Brie Camembert Fondu Président Yaourt nature
Fruit de saison Entremets au praliné Pêches au sirop Fromage blanc vanille	Flan à la vanille Mousse au chocolat Compote de pommes Fruit de saison	Fruit de saison Fraicheur ananas Flan au chocolat Tarte à la rhubarbe	Compote de fruits mélangés Banane au four Entremets à la vanille et mikado Fruit de saison	Tarte au citron Roulé au chocolat Fruit de saison Œufs en neige au caramel

Plats préférés

Innovation culinaire


























Recettes développement durable

Recettes d'ici et d'ailleurs

Restaurant la Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 22 au 26 janvier 2018 - DEJEUNER

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Pamplemousse  Salade douceur (carottes, frisée, betterave, chou blanc) Betteraves sauce crémeuse  Pâté de foie 	Quiche Lorraine Salade Ninon (batavia, crevettes, ananas, pommes) Macédoine de légumes Taboulé (semoule, tomate, concombre, olive, maïs, poivrons, basilic)	Râpé de carottes  Salade chou chou  (choux blanc et rouge, fromage blanc, mayonnaise, ail) Salade de pâtes & poivrons sauce chèvre Duo de saucissons 	Salade d'endives  Céleri rémoulade Feuilleté au fromage Rillettes à la sardine	Œufs durs mayonnaise  Mortadelle Tomate mimolette  Salade verte
Filet de lieu à la tapenade Croque monsieur 	Sauté de bœuf aux carottes Chipolatas grillées 	Quiche Provençale  (recette du chef étoilé Michel Sarran) Filet de colin sauce à l'orange	Rôti de dinde sauce forestière Beignets de calamars 	Penne Bolognese  Duo de poissons
Boulgour à la Canarienne  Poêlée de Guyane  Salade verte Local	Chou vert braisé et pommes de terre Purée	Piperade Blé Salade verte	Haricots verts Riz créole	Carottes à la ciboulette Penne
Camembert Brie Saint Paulin Yaourt nature	Fromage blanc Carré de l'Est Fraidou Yaourt nature	Cotentin Fondu Président Coulommiers Yaourt nature	Croûte noire Gouda Petit suisse nature Yaourt nature	Yaourt aromatisé Yaourt nature Bûchette au chèvre Tomme blanche
Mousse au chocolat  Compote banane pomme Fruit de saison Tarte coco choco 	Fruit de saison Beignet à la framboise Compote de pommes Flan nappé au caramel	Pêche au sirop Compote de pommes Fruit de saison Pain d'épices	Gâteau marbré  Barre bretonne Fruit de saison Liégeois à la vanille 	Fruit de saison Compote de pommes cassis Douceur lactée au cassis Tarte aux poires 
Plats préférés 	Innovation culinaire 	Recettes développement durable 	Recettes d'ici et d'ailleurs 	Restaurant la Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 29 janvier au 2 février 2018 - DEJEUNER



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	Chandeleur VENDREDI
Salade composée 1/2 œuf Iceberg vinaigrette orientale Cervelas vinaigrette Friand à la viande	Coquillettes sauce cocktail Salade de maïs (maïs, tomate, salade composée) Pizza Salade coleslaw (chou blanc, carotte)	Salade au brie et raisins Endive pommes et noix Œuf au surimi Salade méditerranéenne (semoule, macédoine, maïs, batavia, poivrons rouges et verts)	Quiche lorraine Salade blé doré (blé, tomate, cornichon, maïs, olive noire) Betteraves vinaigrette du terroir Chou rouge vinaigrette	Carottes Bio râpées Salade verte aux croûtons Crêpe au fromage Pâté de campagne
Boulettes d'agneau au curry Filet de colin sauce safranée	Poulet sauce poulette Local Fermier du gers Feuilleté de poisson beurre blanc	Cote de porc Rissollette de veau sauce champignons	Sauté de bœuf bobotie Rougail de saucisses	Filet de lieu sauce basquaise Emincé de volaille (recette du chef étoilé Michel Sarran) Fermier du gers
Pommes frites Navets braisés	Fondue de poireaux Semoule Bio au beurre	Lentilles Julienne de légumes	Riz créole Ragoût de légumes	Courgettes Bio à la persillade Coudes Salade verte
Saint Paulin Mimolette Cotentin Yaourt nature	Petit suisse nature Yaourt nature Coulommiers Fraidou	Fromy Rondelé nature Gouda Yaourt nature	Yaourt nature Yaourt aromatisé Tartare ail et fines herbes Tomme blanche	Edam Bleu Fondu Président Yaourt nature
Pomme au four Compote de poires Fruit de saison Pomme Locale Gâteau choco	Fruit de saison Tarte noix de coco Oreillon d'abricot Œufs en neige au caramel	Entremets à la vanille et mikado Mousse chocolat Compotée de pommes façon crumble Fruit de saison	Fruit de saison Salade de fruits frais Salade à l'orange Flan au chocolat	Crêpe chocolat banane (recette du chef étoilé Michel Sarran) Compote de pommes Fruit de saison Mousse au café

Plats préférés



Innovation
culinaire



Recettes
développement durable

































Recettes
d'Ici et d'ailleurs



Restaurant la Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 5 au 9 février 2018 - DEJEUNER

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Salade à la paysanne (poireaux, pomme de terre, oignons, crème, courgettes, carottes) Macédoine mayonnaise Mini pizza  Chou rouge vinaigrette 	Salade club (salade verte, tomate, épaule, emmental) Duo de carottes  sauce fraîcheur  Houmous et mouillettes  (pois chiche, huile d'olive, jus de citron, ail, coriandre, carotte, pain de mie) Potage poireaux pomme de terre	Céleri rémoulade Avocat en salade  Tomate au thon et sa sauce  Assiette de charcuteries 	Salade d'endives  Salade verte au maïs Friand au fromage  Salade méditerranéenne (semoule, macédoine, maïs, batavia, poivrons rouges et verts)	Saucisson à l'ail  Rillettes à la sardine Macédoine de légumes Salade douceur (carottes, frisée, betterave, chou blanc)
Hoki pané  et son quartier de citron Sauté de porc aux olives	Rôti de dinde au jus Filet de colin sauce crème tomate 	Bœuf bourguignon  Tarte à l'oignon 	Saucisse fumée  Poulet sauce Montboissier Local Fermiers du Gers	Filet de lieu à l'américaine Boulettes de bœuf Bio  sauce tomate
Riz aux petits légumes Petits pois Bio	Ratatouille Torsades	Purée Salade verte Poêlée de légumes	Carottes forestières Lentilles	Boulgour pilaf Haricots verts chapelure pizza 
Yaourt nature Yaourt aromatisé Coulommiers Fraidou	Camembert Brie Rondelé aux poivres de Madagascar Yaourt nature	Petit suisse nature Saint Paulin Tartare ail et fines herbes Yaourt nature	Cotentin Fondu Président Edam Yaourt nature	Croûte noire Gouda Croc' lait Yaourt nature
Fruit de saison Salade d'oranges aux épices  Compote de fruits mélangés Gaufre créole 	Gâteau Basque Flan nappé au caramel  Fruit de saison Duo entremets praliné vanille	Compote de poires Pomme au four Fruit de saison  Mousse chocolat au lait 	Tarte noix de coco  Barre bretonne Fruit de saison Neige aux myrtilles 	Fruit de saison Compotée caramel et pain d'épices Mousse au chocolat Liégeois à la vanille 
Plats préférés 	Innovation culinaire 	Recettes développement durable 	Recettes d'Ici et d'ailleurs 	Restaurant la Sède





















Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Semaine du 12 au 16 février 2018 - DEJEUNER

elior 

Mardi Gras

Nouvel an chinois

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Maïs aux deux poivrons Salade de papillons au pistou  Salade verte Local aux agrumes Pâté de foie 	Iceberg vinaigrette orientale Céleri et mimolette du verger (recette du chef étoilé Michel Sarran) Feuilleté au fromage Taboulé méridionale (semoule, tomate, concombre, olive, maïs, poivrons, basilic)	Betterave mimosa Mousse de tomate et fromage frais Croquant de salade (salade composée, ananas, tomate, pêche) Soupe à l'oignon maison	Carottes râpées Bio vinaigrette maison Pamplemousse  Cervelas vinaigrette Salade de pommes de terre (pommes de terre, échalote, persil, tomate)	Bouillon de volaille à la japonaise Salade de chou chinois et pommes Salade chinoise (soja, concombre, épaule, salade) Nems au poulet 
Œufs durs béchamel  Galopin de veau grillé	Palette de porc à la diable  Merguez 	Quiche Provençale  (recette du chef étoilé Michel Sarran) Filet de lieu au pistou	Rôti de bœuf Penne Bolognaise 	Beignets de poisson  Emincé de dinde sauce caramel  Local Fermiers du Gers
Epinards à la crème Pommes paillassons	Carottes Bio à la ciboulette Haricots blancs à la tomate	Salade verte Choux-fleurs persillés Blé	Penne Haricots beurre saveur Antillaise	Riz cantonnais  Légumes à l'asiatique 
Fraidou St Môret Bûchette au chèvre Yaourt nature	Yaourt aromatisé Yaourt nature Camembert Fondu Président	Saint Paulin Edam Cotentin Yaourt nature	Tomme blanche Coulommiers Tartare ail et fines herbes Yaourt nature	Fromage blanc Yaourt nature Mimolette Rondelé nature
Fruit de saison Entremets au praliné Smoothie abricot pomme  Moelleux myrtilles citron 	Beignet chocolat noisette Bugnes au sucre glace  Flan à la vanille Fruit de saison	Fruit de saison Compote de pommes Banane au four Mousse au nougat	Entremets caramel poire Liégeois au chocolat  Matefaim aux pommes  Fruit de saison	Ananas frais  Fruit de saison Mousse à la noix de coco Riz au lait à la banane 

Plats préférés 

Innovation culinaire 

Recettes développement durable 

Recettes d'Ici et d'ailleurs 

Restaurant la Sède

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine