



La Bonne Cuisine
Tel : 0603196333

CONTACT@LABONNECUISINE.FR

Menu du 05/10/26 au 11/10/2026

NOM :

lundi 05

mardi 06

mercredi 07

jeudi 08

vendredi 09

samedi 10

dimanche 11

Hors d'œuvres	A	Betterave nature	Salade piémontaise aux oeufs	Salade de choux fleurs BIO	Céleri rémoulade	Salade Exotique (h.mungo,carot,potiron,pois,maïs)	Salade de pâtes bio gourmande	Mousse de foie de porc
	B	Taboulé	Moules à la catalane	Feuilleté croustillant au fromage	Potage de légumes	Salade de riz	Julienne de légumes vinaigrette	Potage de légumes
Viandes	C	Emincé de porc au caramel	Bouchées courgettes et feta BIO	Quiche lorraine	Saucisse de volaille	Oeuf dur béchamel	Poisson pané	Chausson bolognaise
	D	Nuggets de blé	Filet de merlu sauce crème	Boudin blanc	Jambon grill	Petit brin de veau	Sauté de volaille	Filet de poulet à l'échalote
Accompagnement	E	Coquillettes	Epinards à la crème	Salsifis persillade	Semoule de couscous	Trio de poivron	Purée de potiron	Duo de carottes
	F	Brocolis	Pomme de terre vapeur	Purée de butternut	Tomate à la provençale	Aubergines à la tomate	Gnocchis crème	Polenta
Fromages	G	Vache qui rit	Yaourt aromatisé Danone	Kiri	Saint Moret	Emmental	P'tit louis	Yaourt nature
	H	Camembert	Croc lait	Cantal	Cantadou	Saint nectaire	Tomme blanche (coupe)	Boursin
Desserts	I	Carré pomme	Fruit	Crêpe sucrée	Fruit	Fruit	Purée de fruit bio	Paris brest
	J	Fruit	Crème dessert café	Fruit	Liégeois au chocolat	Cake marbré	Fruit	Fruit



La Bonne Cuisine
Tel : 0603196333

CONTACT@LABONNECUISINE.FR

Menu du 11/10/2026

au

18/10/2026

NOM :

lundi 12

mardi 13

mercredi 14

jeudi 15

vendredi 16

samedi 17

dimanche 18

Hors d'œuvres	A	Salade de chou rouge croquant	Salade Japonaise(cèleri,bambou,mais, carotte)	Pizza aux 3 fromages	Salade d'endives et emmental	Salade de pâtes au pesto	Salade verte et croutons	Salade de haricot vert
	B	Salade de blé, tomate et fromage	Gaspacho (soupe froide)	Méli mélo	Potage de légumes	Brocoli vinaigrette	Tomate fêta	Potage de légumes
Viandes	C	Oeuf dur sauce aurore	Sauté de poulet à l'orange	Emincé de porc sauce barbecue	Mijoté de boeuf sauce goulash	Ailes de poulet	Cube de poisson sauce Tandoori	Aiguillette de poulet thym et citron
	D	Lapin aux pruneaux	Dos de cabillaud sauce citron	Ballotin de volaille	Bouchée tomate mozza	Chipolatas grillées	Sauté de porc	Egrené de bœuf à la tomate
Accompagnement	E	Lentilles à la paysanne	Riz aux petits légumes	Patate douce	Purée de pomme de terre à la ciboulette	Fondue de poireaux	Gratin de courgettes	Quinoa fraîcheur
	F	Chou fleur	Risotto	Cèleri	Fenouil braisé	Petit épeautre (céréale)	Pomme de terre rissolées	Penne
Fromages	G	Brique de vache	Carré frais	Fourme d'Ambert	Yaourt nature sucré	Samos	Buche du pilat	Yaourt brassé aux fruits
	H	Fromage blanc	Bleu de Bruyère	Cantafrais	Edam	Milanette	Petit moulé nature	Carré calcium
Desserts	I	Ile flottante	Fruit	Crème dessert praline	Fruit	Riz au lait	Gateau basque	Fruit
	J	Fruit	Flan vanille (yaourt)	Fruit	Gaufre	Fruit	Fruit	Far breton



La Bonne Cuisine
Tel : 0603196333

CONTACT@LABONNECUISINE.FR

Menu du 19/10/2026

au

25/10/2026

NOM : _____

lundi 19

mardi 20

mercredi 21

jeudi 22

vendredi 23

samedi 24

dimanche 25

Hors d'œuvres	A	Crêpe aux fromages	Pâté en croute de volaille	Macédoine de légumes croquant	Salade de pâtes aux poivrons	Salade Andalouse	Surimi	Champignons à la grecque
	B	Terrine aux deux poissons	Poireaux vinaigrette	Coleslaw (choux, carotte rapée)	Potage de légumes	Tartare à l'Indienne(courget ,carotte,raisin..)	Salade de museau	Potage de légumes
Viandes	C	Saucisse de Toulouse aux oignons	Paupiette de veau sauce forestière	Omelette	Haché de volaille rôti	Palette à la diable	Beignets de calamar	Cordon bleu de dinde
	D	Quenelle nature sauce béchamel	Hachi parmentier	Colin aux capres	Pané de blé fromage et épinard	Boulette d'agneau	Blanquette de volaille	Rougail saucisse
Accompagnement	E	Petit pois	Blettes à la tomate	Courgettes à l'ail	Chou au jus	Flageolets	Ratatouille	Poêlée de choux de bruxelles
	F	Patate douce	Poêlée de légumes	Pomme de terre duchesse	Carotte Vichy	Endives béchamel	Riz	Purée de pomme de terre
Fromages	G	Tomme noire Montcerda	P'tit Rogeret de vache	Chanteneige	Rondelé nature	Saint Paulin	Emmental	Le vachard
	H	Chevretine	Yaourt bulgy	Buchette chèvre	Fromage blanc	Le carré	Petits suisses nature	Brebis crème
Desserts	I	Liégeois à la vanille	Cake Nocciolata Bio	Fruit	Purée de fruits	Crème dessert pistache	Fruit	Fruit
	J	Fruit	Fruit	Flan nappé caramel	Fruit	Fruit	Brioche tressée	Beignet pomme



La Bonne Cuisine
Tel : 0603196333

CONTACT@LABONNECUISINE.FR

Menu du 26/10/2026

au 01/11/2026

NOM :

lundi 26

mardi 27

mercredi 28

jeudi 29

vendredi 30

samedi 31

dimanche 01

Hors d'œuvres	A	Rillettes	Tartare de légumes du soleil	Salade de haricots beurre	Coeur de palmier vinaigrette	Salade marco polo (pates, surimi)	Terrine de légumes	Pâté de campagne traditionnel
	B	Salade verte aux oignons croustillants	Quiche aux poireaux	Sardines	Potage de légumes	Duo d'agrumes	Trio de poivrons	Potage de légumes
Viandes	C	Cubes de poisson meunière	Sot l'y laisse (volaille)	Carré de porc au jus	Quiche aux légumes	Haut de cuisse de poulet au jus	Moules marinières	Osso bucco
	D	Chipolatas grillées	Courgette farcie	Escalope viennoise	Accras de morue	Echine de porc au jus	Sauté de dinde aux olives	Nuggets de blé
Accompagnement	E	Haricots verts persillés	Kasha (céréale)	Pâtes	Champignons persillés	Salsifis persillade	Potatoes	Quinoa tendre et parfumé
	F	Farfalles (pâtes)	Pois chiche	Haricot blanc	Navets	Polenta	Spaghettis	Pomme de terre rissolées
Fromages	G	Fromage blanc	Petit brie	Samos	Gouda	Yaourt nature	Tomme blanche (coupe)	Croc lait
	H	Petit moulé ail et fines herbes	Kiri	Yaourt brassé aux fruits	Tartare	Rondelé aux noix	Cantadou	Fourme d'Ambert
Desserts	I	Petit carré fraise	Fruit	Eclair au chocolat	Fruit	Fruit	Flan vanille (yaourt)	Quatre quart
	J	Fruit	Liégeois au café	Fruit	Madeleine	Brownies	Fruit	Fruit



La Bonne Cuisine
Tel : 0603196333

CONTACT@LABONNECUISINE.FR

Menu du 02/11/2026

au

08/11/2026

NOM :

lundi 02

mardi 03

mercredi 04

jeudi 05

vendredi 06

samedi 07

dimanche 08

Hors d'œuvres	A	Carottes rapées	Salade de riz	Terrine de poisson	Mâche	Salade de haricots rouges	Chou blanc croquant en vinaigrette	Saucisson à l'ail
	B	Crêpe champignons	Tartare de tomate	Potage de légumes	Tarte aux fromages	Demi pamplemousse	Salade de pois chiches	Potage de légumes
Viandes	C	Bouchées légumes & amandes au persil BIO	Poulet basquaise	Haché de veau	Merguez au jus	Boudin noir	Lasagnes au saumon	Croque Monsieur
	D	Côte de porc grillé au thym	Falafel (boulette pois chiche)	Quenelle de brochet	Rôti de porc aux herbes	Anneau d'encornet sauce tomate	Diot (saucisse)	Lapin à la moutarde
Accompagnement	E	Gratinée de butternut	Piperade (poivron)	Poêlée de légumes grillés aux saveurs du soleil	Semoule de couscous	Pomme de terre vapeur	Poêlée de légumes	Brocolis
	F	Purée de céleri	Lentilles mijotées	Epinards à la crème	Brunoise de légumes du soleil	Riz	Légumes Couscous	Gnocchis crème
Fromages	G	Milanette	Saint nectaire	P'tit Cabray	Camembert	Chanteneige	Petits suisses nature	Saint Moret
	H	Vache qui rit	Carré frais	Bleu douceur	Faisselle	Tomme blanche (coupe)	Six de savoie	Yaourt nature
Desserts	I	Fruit	Yaourt bicouche	Moelleux citron	Crème dessert du Chambon	Fruit	Fruit	Tarte flan
	J	Cake aux fruits	Fruit	Fruit	Fruit	Purée de pomme fraises	Donuts	Fruit

CARTE DES CONSTANTES

Du

au

lundi 5 octobre 2026

dimanche 8 novembre 2026

Hors d'œuvres

Potage
Crudités



Viandes

Poisson pané
Haché de volaille



Accompagnement

Purée pomme de terre
Duo de carotte



Fromages

Fromage frais
Yarourt nature



Desserts

Purée de fruits
Crème dessert chocolat

