



La Bonne Cuisine  
Tel : 0603196333

LABONNECUISINE@SFR.FR

Menu du 07/07/25 au 13/07/2025 NOM : \_\_\_\_\_  
lundi 07 mardi 08 mercredi 09 jeudi 10 vendredi 11 samedi 12 dimanche 13

Hors d'œuvres	A	Tartare de légumes du soleil	Salade penne pesto	Oeuf dur	Betterave nature	Carottes rapées	Taboulé	Melon
	B	Salade de lentilles	Macédoine de légumes	Concombre à la crème	Salade Marco Polo (pâtes,surimi)	Salade de haricot vert	Jambon blanc	Beignets de calamar
Viandes	C	Boulette de lentilles	Filet de poulet à l'échalotte	Anneau d'encornet sauce tomate	Chipolatas	Poisson sauce oseille	Rôti de porc aux herbes	Blanquette de volaille
	D	Jambon grill	Quenelle de brochet	Emincé de porc au caramel	Petit brin de veau	Cordon bleu de dinde	Pavé de saumon	Fricadelle de boeuf
Accompagnement	E	Couscous - Légumes	Haricot vert	Julienne de légumes	Purée de pomme de terre	Coquillettes	Poêlée vigneronne (pdt h v champignon)	Riz
	F	Courgettes persillées	Champignons persillées	Ebly (blé)	Chou au jus	Petits pois et carottes	Poêlée vitale (carottes,h.vert, salsifis)	Polenta
Fromages	G	Crème de gruyère	Saint Paulin	Petits suisses nature	Petit moulé ail et fines herbes	Chanteneige	Camembert	Yaourt nature
	H	Brique de vache	Bleu douceur	Brebis crème	Emmental	Faisselle	Vache qui rit	Buche du Pilat
Desserts	I	Fruit	Fruit	Cake au citron	Fruit	Fruit	Fruit	Chou vanille
	J	Flan nappé caramel	Crème dessert caramel	Fruit	Gateau basque	Compote pomme biscuit	Moelleux au chocolat	Fruit

Hors d'œuvres	A	Quiche aux poireaux	Brocoli vinaigrette	Trio de poivrons	Terrine de campagne	Salade coeur de palmier	Salade verte	Pâté en croute richelieu
	B	Coleslaw (chou, carotte râpé)	Céleri rémoulade	Salade piémontaise (pdt) aux oeuf	Salade de tomates	Salade de riz	Bâtonnières de légumes	Moules à la catalane
Viandes	C	Falafel (boulette pois chiche)	Lapin aux pruneaux	Joue de boeuf bourguignonne	Sauté de dinde	Poisson meunière	Côte de porc	Steak de thon
	D	Saucisse de Toulouse aux oignons	Dos de cabillaud sauce citron	Pilons de poulet au cumin	Nuggets de poisson	Haché de volaille	Chausson bolognaise	Pommes de terre farcie
Accompagnement	E	Piperade (poivron)	Tagliatelles	Boulgour (céréale)	Aubergines grillées	Carotte Vichy	Gratin dauphinois	Brunoise de légumes du soleil
	F	Lentilles	Poêlée méridionale (h vert, courgette, aubergine, poivron)	Purée de céleri	Farfalles (pâtes)	Poêlée Tex Mex (h plats, rouge, maïs, poivrons)	Haricot plat	Ratatouille niçoise
Fromages	G	Rondelé nature	Fromage blanc	Kiri	1/2 Saint-Marcellin	Tomme noire	Carré frais	Gouda
	H	Edam	Milanette	Yaourt brassé	Saint Moret	Fromage blanc aux fruits	Fourme d'Ambert	P'tit louis
Desserts	I	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Beignet chocolat noisette	Fruit	Fruit
	J	Crème dessert	Crêpe au sucre	Riz au lait	Compote pomme caramel	Fruit	Quatre quart	Tarte au citron

Hors d'œuvres	A	Champignons à la grecque	Nem aux légumes	Salade d'avocats	Salade de haricots beurre	Salade Crétoise (légumes feta)	Radis beurre	Salami
	B	Salade de perle (pâtes) marine	Salade Chinoise (céleri, h noir, pois, bambou, maïs...)	Poireaux vinaigrette	Salade du pêcheur (thon pdt)	Salade de chou rouge	Crêpe champignons	Tomate cerise
Viandes	C	Poissonnette	Omelette	Boulette d'agneau	Mignon de veau sauce aux champignons	Poisson Béarnaise	Viande Kebab (volaille)	Goulash de boeuf sauce paprika
	D	Merguez au jus	Gratin de fruits de mer	Palette à la diable	Poulet basquaise	Escalope viennoise	Dos de cabillaud sauce chorizo	Cervelas orlof
Accompagnement	E	Purée de carottes	Poêlée de légumes grillés	Pomme de terre rissolées	Blé	Brocolis	Semoule de couscous	Carottes persillées
	F	Poêlée campagnarde	Riz	Poêlée de choux de bruxelles	Julienne de légumes	Petit pois	Purée de courgettes	Gratin de pâtes
Fromages	G	Yaourt nature	Chevretine	Brie	Boursin	Tomme blanche	Rondelé aux noix	Le vachard
	H	Buche de chèvre	Saint Nectaire	Six de savoie	Coulommier	Cantadou	Cantal	Samos
Desserts	I	Fruit	Gaufre	Flan vanille	Fruit	Cake marbré	Eclair au chocolat	Tarte normande
	J	Crème dessert vanille	Fruit	Fruit	Liégeois au chocolat	Fruit	Fruit	Fruit

Hors d'œuvres	A	Salade de céleri	Salade de chou blanc	Feuilleté fromage	Tartare à l'Indienne	Salade de pâtes aux poivrons	Rosette	Salade de tomates
	B	Pizza aux fromages	Salade de haricots beurre	Salade exotique (h mungo, carotte, poivron, pois, maïs)	Maquereau	Brunoise de légumes du soleil	Salade verte et oignons frit	Salade de riz
Viandes	C	Haut de cuisse de poulet au jus	Filet de poisson blanc à l'aneth	Rougail saucisse	Croque fromager	Moussaka (viande haché)	Paupiette de poisson	Quenelles de volaille sauce niçoise
	D	Joue de porc à la vigneronne	Hache de veau	Egrené végétal à la tomate	Poisson blanc à la crème	Boudin noir	Colombo de volaille	Boulettes de boeuf sauce tomate
Accompagnement	E	Pomme de terre vapeur	Pois chiche à la tomate	Julienne de légumes	Petit épeautre	Salade verte	Ebly (blé)	Mélange Carottes-Choux fleur-Brocolis
	F	Poêlée cordiale (carotte, h. vert, céleri)	Gratin de poireaux	Haricots rouges	Endives braisées	Pommes (fruit)	Purée de pomme de terre	Tajine de légumes
Fromages	G	Saint Félicien	Petit moulé nature	Brassé aux fruits	Vache picon	Bleu douceur	Délice de chèvre	Yaourt aromatisé
	H	Fromage blanc	Fromage pont l'évêque	Tartare nature	Yaourt nature	Croc lait	Camembert	Chevretine
Desserts	I	Yaourt bicouche abricot	Flan au chocolat	Fruit	Ile flottante	Compote de pomme banane	Fruit	Cookie
	J	Fruit	Fruit	Crème dessert pistache	Fruit	Fruit	Brownies	Fruit



La Bonne Cuisine  
Tel : 0603196333

LABONNECUISNE@SFR.FR

À RENDRE AVANT LE 29/07 SVP

Menu du 04/08/2025 au 10/08/2025 NOM :

lundi 04 mardi 05 mercredi 06 jeudi 07 vendredi 08 samedi 09 dimanche 10

Hors d'œuvres	A	Chou fleur à l'échalote	Salade de lentilles	Salade de penne aux 3 légumes	Bâtonnières de légumes	Julienne de légumes	Tartare de tomate	Surimi
	B	Salade d'endives	Quiche aux légumes	Carottes rapées	Crêpe aux fromages	Coleslaw (chou carotte rapé)	Mousse de foie de porc	Salade de lentilles
Viandes	C	Oeuf dur	Poulet ail et cèpes	Filet de lieu sauce normande	Courgette farcie	Beignets de calamar	Boudin blanc	Sot l'y laisse (dinde)
	D	Blanquette de veau	Filet de perche aux épinards	Rôti de dinde sauce poivre	Boulette végétales	Paupiette de lapin	Filet de merlu sauce crème	Diot
Accompagnement	E	Céréales gourmandes	Jardinière de légumes	Salsifis persillade	Quinoa	Epinards à la crème	Poêlée lyonnaise	Purée de pomme de terre
	F	Purée de haricots verts	Trio de poivron	Pomme de terre duchesse	Haricots beurre persillés	Pâtes	Petit pois	Poêlée caponata (aubergine, tomate, poivron..)
Fromages	G	Petits suisses nature	Le carré	Petit moulé nature	Emmental	Brique de vache	Vache qui rit	Buche du Pilat
	H	Rondelé ail & fines herbes	tartare aux noix	Saint Paulin	Chanteneige	Edam	Yaourt nature	Brebis crème
Desserts	I	Fruit	Fruit	Fruit	Crumble pomme et fruits rouges	Tropezienne	Compote de pêche	Fruit
	J	Cake fourré framboise bio	Tarte flan	Purée de pomme fraises	Fruit	Fruit	Fruit	Semoule au lait

		<i>Menu du</i>		<i>11/08/25</i>		<i>au</i>		<i>07/08/2025</i>		<i>NOM :</i>	
		<i>lundi 11</i>	<i>mardi 12</i>	<i>mercredi 13</i>	<i>jeudi 14</i>	<i>vendredi 15</i>	<i>samedi 16</i>	<i>dimanche 17</i>			
Hors d'œuvres	A	Concombre à la crème	Salade de riz à la niçoise	Salade de haricot plat	Oeuf dur	Salade Marco Polo (pâtes,surimi)	Fruit	Chorizo			
	B	Radis beurre	Melon	Salade penne pesto	Salade verte	Céleri rémoulade	Terrine de légumes	Salade tomate mozza			
Viandes	C	Filet de loup sauce au citron	Curry de lentilles	Hachi parmentier	Jambon blanc	Sauté de porc aux olives	Tortelloni 3 fromages	Saucisse de volaille			
	D	Tomates farcies	Billes de boeuf	Anneau d'encomet sauce tomate	Nuggets de volaille	Galette chou fleur, brocolis	Boeuf au coco épicé	Dos de cabillaud sauce basilic			
Accompagnement	E	Navets	Duo de courgettes persillées	Salade verte	Purée de pomme de terre	Gratin de légumes	Salade verte	Aubergines à la tomate			
	F	Boulgour (céréale)	Pommes campagnardes	Rosti de légumes	Poêlée Marocaine	Poêlée gala (carotte,chx fleur,brocoli,pois)	Brunoise de légumes du soleil	Riz créole			
Fromages	G	Rondelé nature	Milanette	Yaourt brassé	Tomme noire	P'tit louis	Fourme d'Ambert	Port salut			
	H	Fromage blanc	Kiri	Gouda	Saint Moret	Petit suisse	Carré frais	1/2 Saint-Marcellin			
Desserts	I	Tarte aux pommes	Fruit	Fruit Bio	Fruit	Fruit	Mousse au chocolat au lait	Tarte noix de coco			
	J	Fruit bio	Far aux pruneaux	Compote pomme ananas	Crème dessert caramel	cake	Fruit	Fruit			

Tel : 0603196333      Menu du **18/08/2025** au **24/08/2025**      **NOM :**

**lundi 18      mardi 19      mercredi 20      jeudi 21      vendredi 22      samedi 23      dimanche 24**

Hors d'œuvres	A	Betteraves à la ciboulette	Salade de carottes aux olives	Salade de perle marine	Trio de poivrons	Salade de blé, emmental et surimi	Méli mélo	Terrine de poisson
	B	Houmous (purée pois chiche)	Melon	Macédoine de légumes	Salade de pâtes au basilic	Champignons à la grecque	Gaspacho (soupe froide) de tomates	Duo de crudités
Viandes	C	Viande Kebab (volaille)	Filet de poisson blanc sauce hollandaise	Cordon bleu de dinde	Aiguillette de poulet à la crème	Poisson à la bordelaise	Filet de poulet sauce moutarde	Jambon grill
	D	Accras de morue	Chili Con Carne (viande haché aubergine)	Joue de boeuf bourguignonne	Pané de blé tomate mozzarella	Haché de veau	Colin aux capres	Pilons de poulet sauce barbecue
Accompagnement	E	Petit pois	Tagliatelles	Haricot plat	Polenta	Brocolis	Coquillettes	Poêlée caponata (aubergine, tomate, poivron..)
	F	Trio de légumes	Salade verte	Pomme de terre rissolées	Poêlée vigneronne (pdt h v champignon)	Boulgour (céréale)	Ratatouille niçoise	Pommes duchesse
Fromages	G	Fromage frais nature	Yaourt nature	Saint Nectaire	Tomme blanche	Rondelé aux noix	Cantal	Samos
	H	Le vachard	Chevretine	Coulommier	Boursin	Cantadou	Six de savoie	Fromage blanc
Desserts	I	Compote de pêche	Fruit	Cake marbré	Crème dessert praline	Fruit	Tarte grillée aux abricots	Fruit
	J	Fruit	Chou vanille	Fruit	Fruit bio	Crème dessert vanille	Fruit	Crumble de pommes