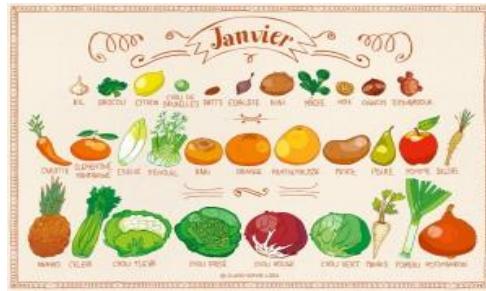




Ville de ROUSSET

Menus du restaurant du 3ème Age



Semaine du 05 JANVIER au 09 JANVIER 2026

Lundi 05 Janvier	Mardi 06 Janvier	Mercredi 07 Janvier	Jeudi 08 Janvier	Vendredi 09 Janvier
<i>Salade de mâche au bleu</i>	<i>Endives croquantes aux noix</i>	<i>Salade de pois chiche au cumin</i>	<i>Mousse de betteraves sur tartine</i>	<i>Avocat mayonnaise</i>
<i>Cuisse de poulet rôtie</i> <i>Choux fleurs aux petits oignons</i>	<i>Bœuf aux carottes</i> <i>Riz</i>	<i>Omelette au fromage</i> <i>Salade verte</i>	<i>Filet de truite sauce crustacées</i> <i>Pommes de terre vapeur</i>	<i>Côte de porc</i> <i>Purée de butternut</i>
Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature
<i>Fruit de saison</i>	<i>Îles flottantes</i>	<i>Pomme dorée au four</i>	<i>Duo de fruits de saison</i>	<i>Brassé aux fruits</i>

végétarien

Semaine du 12 JANVIER au 16 JANVIER 2026

Lundi 12 Janvier	Mardi 13 Janvier	Mercredi 14 Janvier	Jeudi 15 Janvier	Vendredi 16 Janvier
<i>Duo de choux en vinaigrette</i>		<i>Feuilleté aux fromages</i>	<i>Salade rouge à l'ail</i>	<i>Fraîcheur de boulgour à l'échalote</i>
<i>Pennes au chorizo</i>	<i>Andouillette Frites</i>	<i>Epinards aux œufs et croûtons</i>	<i>Rosbeef Poêlée de patates douces et poireaux</i>	<i>Doré de hoki Haricots verts en persillade</i>
Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature			
<i>Fruit de saison</i>	<i>Pruneaux au sirop</i>	<i>Liégeois au chocolat</i>	<i>Nuage blanc au coulis de fruits rouges</i>	<i>Fruit de saison</i>

végétarien

Nous privilégions les produits BIO et LABELLISES dans les menus .

Bon appétit !!!



Menus du restaurant du 3ème Age



Semaine du 19 JANVIER au 23 JANVIER 2026

Lundi 19 Janvier	Mardi 20 Janvier	Mercredi 21 Janvier	Jeudi 22 Janvier	Vendredi 23 Janvier
<i>Pizza au fromage</i>	<i>Salade frisée</i>	<i>Pâté richelieu / cornichons</i>	<i>Râpé de carottes à la menthe</i>	<i>Coeurs de palmiers en vinaigrette</i>
<i>Velouté de légumes verts</i>	<i>Cuisse de lapin aux olives</i> <i>Frites de polenta</i>	<i>Steak haché Champignons forestiers</i>	<i>Dos de cabillaud en sauce tomates Ebly</i>	<i>Quenelles en béchamel</i>
Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature
<i>Dessert lacté</i>	<i>Mousse de citron</i>	<i>Fruit de saison</i>	<i>Pâtisserie</i>	<i>Fruit de saison</i>

végétarien

Semaine du 26 JANVIER AU 30 JANVIER 2026

Lundi 26 Janvier	Mardi 27 Janvier	Mercredi 28 Janvier	Jeudi 29 Janvier	Vendredi 30 Janvier
<i>Champignons sauce moutarde</i>	<i>Salade de cruditées</i>	<i>Œufs mayonnaise basilic</i>	<i>Salade de mâche</i>	<i>Salade de perles aux olives</i>
<i>Saucisse de Toulouse aux lentilles</i>	<i>Pâtes à la carbonara</i>	<i>Quiche aux épinards et au chèvre</i> <i>Salade verte</i>	<i>Cordon bleu</i> <i>Petits pois / carottes</i>	<i>Gratin de poisson aux légumes</i>
Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature	Fromage au lait cru ou yaourt nature
<i>Tarte aux fruits</i>	<i>Verrine de fruits chantilly</i>	<i>Semoule au raisins</i>	<i>Fruit de saison</i>	<i>Crème dessert</i>