



## 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
Salade de mâche au bleu	Endives croquantes aux noix	Salade de pois chiche au cumin	Mousse de betteraves sur tartine	Avocat mayonnaise
Cuisse de poulet rôtie Choux fleurs aux petits oignons	Bœuf aux carottes Riz	Omelette au fromage Salade verte	Filet de truite sauce crustacées Pommes de terre vapeur	Côte de porc Purée de butternut
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
Fruit de saison	Iles flottantes	Pomme dorée au four	Duo de fruits de saison	Brassé aux fruits

végétarien

*Semaine du 12 JANVIER au 16 JANVIER 2026*

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

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
Pizza au fromage	Salade frisée	Pâté richelieu / cornichons	Râpé de carottes à la menthe	Coeurs de palmiers en vinaigrette
Velouté de légumes verts	Cuisse de lapin aux olives Frites de polenta	Steak haché Champignons forestiers	Dos de cabillaud en sauce tomates Ebfy	Quenelles en béchamel
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
Dessert lacté	Mousse de citron	Fruit de saison	Pâtisserie	Fruit de saison

végétarien

### Semaine du 26 JANVIER AU 30 JANVIER 2026

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