

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	<p>Carottes râpées </p> <p>Pastèque </p> <p>Taboulé</p>	<p>Pennes au thon, tomates et basilic </p> <p>Nems</p> <p>Salade de tomates & maïs </p>	<p>Concombre à la crème </p> <p>Bâtonnets de légumes sauce au fromage blanc et curry </p> <p>Cervelas vinaigrette</p>	<p>Melon</p> <p>Crêpe au fromage</p> <p>Salade de riz au chorizo et emmental</p>
PLATS CHAUDS ET GARNITURES	<p>Filet de poulet</p> <p>Sauté de dinde</p> <p>Purée / Petits pois cuisinés</p>	<p>Saucisse grillée</p> <p>Aile de raie sauce aux câpres</p> <p>Haricots verts au beurre / Semoule</p>	<p>Bolognaise de légumes </p> <p>Bolognaise</p> <p>Pâtes</p> <p>Fenouil confit</p>	<p>Filet de colin, tomates et basilic</p> <p>Omelette à la ciboulette </p> <p>Ratatouille / Riz</p>
DESSERTS	<p>Fruit frais </p> <p>Carpaccio d'ananas</p> <p>Liégeois au chocolat</p> <p>Tarte amandine</p>	<p>Crème dessert</p> <p>Abricots melba</p> <p>Gâteau bulgare</p> <p>Fruit frais </p>	<p>Clafoutis aux fruits</p> <p>Roulé à la framboise / Cake au citron</p> <p>Œufs au lait</p> <p>Fruit frais </p>	<p>Compote de fruits</p> <p>Smoothie</p> <p>Rocher à la noix de coco</p> <p>Fruit frais </p>
	<p>Carottes râpées</p> <p>Filet de poulet</p> <p>Purée / Petits pois cuisinés</p> <p>Fruit frais</p>	<p>Pennes au thon, tomates et basilic</p> <p>Saucisse grillée</p> <p>Haricots verts au beurre / Semoule</p> <p>Crème dessert</p>	<p>Concombre à la crème</p> <p>Bolognaise de légumes</p> <p>Pâtes</p> <p>Clafoutis aux fruits</p>	<p>Melon</p> <p>Filet de colin, tomates et basilic</p> <p>Ratatouille / Riz</p> <p>Compote de fruits</p>

MOVE tout plate
La proposition de menu équilibré !



Produits locaux

Saucisserie: charcuterie des Trois Rivières aux Grands Fougerets
Viande de porc: Bernard Jean Floch à Locminé
Viande de volaille: Société Bretonne de Volaille à Saint Jean Brevelay
Crêpes & galettes: Crêperie Colas à Chateaugiron
Lait bio: La Crème Rit à Guiliers
Légumes bio: La Filière Bio dans le 56
Pain des boulangeries Bonno & Maison Viel à Questembert
Beignet des Gourmandises de Brocéliande à Ploermel



Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français !



Produit de saison

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



Plat végétarien

Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine.



Retrouvez l'ensemble des menus sur : www.clicetmiam.fr

Code à saisir : mqdbng

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Tomates à la vinaigrette  Melon  Salade Grecque	Rillettes & cornichons Trio de légumes râpés sauce vinaigrette  Pamplemousse	Salade de blé composée  Melon  Salami	Pastèque  Concombre à la crème  Salade de riz Mexicaine
PLATS CHAUDS ET GARNITURES	Poisson meunière Sauté de dinde au paprika Tortis / Poêlée du chef	Paëlla au poulet Merguez grillées Riz / Piperade	Rôti de porc au miel et à la moutarde Encornets au curry et lait de coco Gratin de brocolis et Mozzarella / Purée	Tajine de pois chiches aux abricots  Haut de cuisse de poulet aux herbes Légumes du tajine / Semoule
DESSERTS	Fromage blanc et Spéculoos Yaourt velouté Gaufre Fruit frais 	Fruit frais  Tarte au chocolat au lait Glace Compote de fruits	Salade de fruits Panna cotta et son coulis Fruit frais  Soupe de fruits rouges	Brownie Chou à la crème Crème dessert Fruit frais 
	Tomates à la vinaigrette Poisson meunière Tortis / Poêlée du chef Fromage blanc et Spéculoos	Rillettes & cornichons Paëlla au poulet Riz / Piperade Fruit frais	Salade de blé composée Rôti de porc au miel et à la moutarde Gratin de brocolis et Mozzarella / Purée Salade de fruits	Pastèque Tajine de pois chiches aux abricots Légumes du tajine / Semoule Brownie

MOVE tout plate
La proposition de menu équilibré !



Produits locaux

Saucisserie: charcuterie des Trois Rivières aux Grands Fougerets
 Viande de porc: Bernard Jean Floch à Locminé
 Viande de volaille: Société Bretonne de Volaille à Saint Jean Brevelay
 Crêpes & galettes: Crêperie Colas à Chateaugiron
 Lait bio: La Crème Rit à Guilliers
 Légumes bio: La Filière Bio dans le 56
 Pain des boulangeries Bonno & Maison Viel à Questembert
 Beignet des Gourmandises de Brocéliande à Ploermel



Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français !



Produit de saison

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



Plat végétarien

Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine.

Ce menu pourra être modifié exceptionnellement en cas de défaillance d'un fournisseur, ou si des impératifs de service l'imposent.



Retrouvez l'ensemble des menus sur :
www.clicetmiam.fr

Code à saisir : mqdbng

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Carottes râpées et maïs  Saucisson à l'ail Feuilleté au fromage	Concombre sauce bulgare  Rosette & cornichons Salade de pâtes à l'indienne (poulet et curry)	Melon  Betteraves vinaigrette Salade de blé aux lardons	Œuf à la mayonnaise Salade, emmental, jambon et maïs  Pastèque 
PLATS CHAUDS ET GARNITURES	Sauté de porc au caramel Cuisse de canette à la Mexicaine Boullgour aux petits légumes / Céleri braisé aux petits oignons	Boulettes de bœuf sauce poivre Poisson du jour Petits pois cuisinés / Blé pilaf	Filet de dinde et ketchup Andouillette Salsifis persillés / Frites	Tortellinis à la Ricotta et aux épinards  Tortellinis à la viande Salade verte 
DESSERTS	Fruit frais  Mousse au chocolat blanc Moelleux aux abricots Glace	Donut Paris-Brest Pomme cuite Fruit frais 	Entremets au chocolat Crème brûlée Fruit frais  Tarte aux fruits frais	Fruit frais  Salade de fruits frais  Tiramisu aux fraises Clafoutis

Carottes râpées et maïs Sauté de porc au caramel Boullgour aux petits légumes / Céleri braisé aux petits oignons Fruit frais	Concombre sauce bulgare Boulettes de bœuf sauce poivre Petits pois cuisinés / Blé pilaf Donut	Melon Filet de dinde et ketchup Salsifis persillés / Frites Entremets au chocolat	Œuf à la mayonnaise Tortellinis à la Ricotta et aux épinards Salade verte Fruit frais
---	--	--	--

MOVE tout plate
La proposition de menu équilibré !



Produits locaux

Saucisserie: charcuterie des Trois Rivières aux Grands Fougerets
Viande de porc: Bernard Jean Floch à Locminé
Viande de volaille: Société Bretonne de Volaille à Saint Jean Brevelay
Crêpes & galettes: Crêperie Colas à Chateaugiron
Lait bio: La Crème Rit à Guilliers
Légumes bio: La Filière Bio dans le 56
Pain des boulangeries Bonno & Maison Viel à Questembert
Beignet des Gourmandises de Brocéliande à Ploermel



Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français !



Produit de saison

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



Plat végétarien

Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine.

Ce menu pourra être modifié exceptionnellement en cas de défaillance d'un fournisseur, ou si des impératifs de service l'imposent.



Retrouvez l'ensemble des menus sur :
www.clicetmiam.fr

Code à saisir : mqdbng

LUNDI

MARDI

JEUDI

VENDREDI

HORS D'ŒUVRE

Betteraves à la vinaigrette
Macédoine de légumes
Duo de saucissons

Crêpe au fromage
Tomate farcie au thon
Salade d'asperges et œuf

Pâté de campagne
Taboulé
Céleri râpé à la vinaigrette

Tomates vinaigrette
Salade aux lardons
Cake salé

PLATS CHAUDS ET GARNITURES

Gratin de pommes de terre sauce fromagère
Paupiette de veau
Salade verte
Mélange basquaise / Pommes de terre

Sauté de dinde à la normande (crème & champignons)
Macaronis à la carbonara
Panaché de haricots
Macaronis

Poisson du jour sauce beurre blanc
Rougail de saucisse
Riz
Courgettes sautées

Porc au thym
Cuisse de poulet rôti
Carottes à la crème
Cocos blancs

DESSERTS

Velouté aux fruits
Mousse au fromage blanc et Spéculoos
Amandine
Fruit frais

Fruit frais
Flan pâtissier
Poire au sirop
Semoule au lait

Compote de fruits
Crumble aux fruits rouges
Ile flottante
Fruit frais

Muffin aux pépites
Tiramisu à la framboise
Mousse au miel et nougat
Fruit frais

Betteraves à la vinaigrette
Gratin de pommes de terre sauce fromagère
Salade verte
Velouté aux fruits

Crêpe au fromage
Sauté de dinde à la normande (crème & champignons)
Panaché de haricots
Fruit frais

Pâté de campagne
Poisson du jour sauce beurre blanc
Riz
Compote de fruits

Tomates vinaigrette
Porc au thym
Carottes à la crème
Muffin aux pépites



Produits locaux

Saucisserie: charcuterie des Trois Rivières aux Grands Fougerets
Viande de porc: Bernard Jean Floch à Locminé
Viande de volaille: Société Bretonne de Volaille à Saint Jean Brevelay
Crêpes & galettes: Crêperie Colas à Chateaugiron
Lait bio: La Crème Rit à Guilliers
Légumes bio: La Filière Bio dans le 56
Pain des boulangeries Bonno & Maison Viel à Questembert
Beignet des Gourmandises de Brocéliande à Ploermel



Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français !

Produit de saison
Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison

Plat végétarien

Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine.

Ce menu pourra être modifié exceptionnellement en cas de défaillance d'un fournisseur, ou si des impératifs de service l'imposent.



Retrouvez l'ensemble des menus sur : www.clicetmiam.fr

Code à saisir : mqdbng

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Carottes râpées Rosette Salade de pommes de terre	Coquillettes au poulet Mousse de poisson Tomates mimosa	Concombre à la vinaigrette Salade, croûtons & fromage Rillettes	Salade verte, fromage, tomates et jambon Betteraves à la vinaigrette Sardines au citron
PLATS CHAUDS ET GARNITURES	Saucisse grillée Dos de colin sauce basquaise Lentilles / Poêlée campagnarde	Poisson pané Brochette de poulet au lait de coco Epiards à la crème / Semoule aux épices	Riz sauté aux petits pois, oignons & œufs Rôti de porc au jus Riz Petits pois	Poulet à la Marocaine (Ail, coriandre, cumin, safran, oignons, poivrons) Tarte au thon Ratatouille / Blé pilaf
DESSERTS	Crème dessert Milk shake Quatre-quarts Fruit frais	Fruit frais Pêche melba Tarte au citron Mousse au chocolat	Fruit frais Crêpe Liégeois Cocktail de fruits	Gâteau à la poire et au chocolat Cake au chocolat Crème fermière Fruit frais
	Carottes râpées Saucisse grillée Lentilles / Poêlée campagnarde Crème dessert	Coquillettes au poulet Poisson pané Epiards à la crème / Semoule aux épices Fruit frais	Concombre à la vinaigrette Riz sauté aux petits pois, oignons & œufs Riz Fruit frais	Salade verte, fromage, tomates et jambon Poulet à la Marocaine (Ail, coriandre, cumin, safran, oignons, poivrons) Ratatouille / Blé pilaf Gâteau à la poire et au chocolat

MOVE
tout plate
La proposition de menu équilibré !



Produits locaux

Saucisserie: charcuterie des Trois Rivières aux Grands Fougerets
Viande de porc: Bernard Jean Floch à Locminé
Viande de volaille: Société Bretonne de Volaille à Saint Jean Brevelay
Crêpes & galettes: Crêperie Colas à Chateaugiron
Lait bio: La Crème Rit à Guilliers
Légumes bio: La Filière Bio dans le 56
Pain des boulangeries Bonno & Maison Viel à Questembert
Beignet des Gourmandises de Brocéliande à Ploerme!



Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français !



Produit de saison

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



Plat végétarien

Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine.



Retrouvez l'ensemble des menus sur :
www.clicetmiam.fr

Code à saisir : mqdbng

Ce menu pourra être modifié exceptionnellement en cas de défaillance d'un fournisseur, ou si des impératifs de service l'imposent.