Chalon sur Saône
www.chalon.fr

Menus
CHALON-SUR-SAÔNE

OCTOBRE 2015

Sogeres RESTAURATEUR

Après la rentrée, Lila et Tom, les deux mascottes de la cantine, vous proposent une semaine de découverte consacrée au pain en octobre.

Du 1er au 9 octobre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Jeu. 1	Salade verte (produit local)	Omelette sauce tomate ●	Pommes rissolées	Fromage blanc ● et sucre	Fruit
Ven. 2	Carottes râpées ● vinaigrette à l'ananas (produit local)	Sauté de dinde ● sauce végétale pomme curry crémée	Poêlée de haricots verts, tomate et champignons	Cantadou	Quatre-quarts
Lun. 5	Salade de lentilles	Bœuf ● Strogonoff (produit local)	Haricots beurre	Camembert	Fruit ●
	RECETTE À PARTAGER				
Mar. 6	Céleri râpé vinaigrette à la ciboulette (produit local)	Tomate farcie de volaille	Riz ● à l'indienne	**Fromage blanc, châtaigne et spéculoos**	
	AMUSE-BOUCHE : HOUMOUS				
Mer. 7	Salade de pâtes ● à la grecque	Poulet rôti ●	Purée de brocolis	Petit Cotentin	Ananas au sirop
Jeu. 8	Velouté de potiron	Brandade de poisson		Petit suisse sucré	Fruit
Ven. 9	Betteraves ● Voronoff	Rôti de dinde ● sauce forestière	Jardinière de légumes	Brie	Bernard Gâteau de semoule

Le papier utilisé pour l'impression de ce menu est écologique ; l'absence de chlore dans son processus de blanchiment respecte l'eau des rivières et des nappes phréatiques ; le bois dont il est constitué provient de forêts gérées (à chaque coupe effectuée correspond une nouvelle plantation).

Du 12 au 16 octobre 2015

SEMAINE DU GOÛT : LE PAIN

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 12	**Carottes ● râpées et croûtons vinaigrette aux herbes** (Produit Local)	Poêlée de pâtes Madras à la volaille ●		Chanteneige	Liégeois au chocolat
Mar. 13	**Rillettes de colin et pain polaire**	Bœuf ● bourguignon (Produit Local)	Chou-fleur braisé	Yaourt de nos Fermes et sucre (Coopérative Laitière)	Fruit
Mer. 14	Salade de riz ● asiatique	**Bruschetta au bœuf charolais et légumes** (Produit Local)	Salade verte (Produit Local)	Petit suisse aromatisé	Fruit ●
Jeu. 15	Jambon blanc supérieur et cornichons	**Pizza gratinée au fromage**	Salade verte (Produit Local)	Fournols (Produit Local)	Fruit
Ven. 16	Râpé de chou rouge ● (Produit Local)	Pavé de merlu sauce à l'oseille	Épinards ● béchamel	Vache qui rit (Produit Local)	**Sweet and spicy tartine**

Sweet and spicy tartine : pain d'épices et gelée de coings.

Du 19 au 23 octobre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 19	Taboulé à la semoule ●	Filet de poisson meunière et citron	Haricots verts ● en persillade	Cantafrais	Smoothie carotte-orange
Mar. 20	Macédoine de légumes à l'aneth	Blanquette de dinde ●	Riz blanc	Fromage blanc ● et sucre	Fruit ●
Mer. 21	Potage cultivateur	Rôti de bœuf ●, jus au thym	Purée de pommes de terre	Tomme grise	Mousse au chocolat au lait
Jeu. 22	Salade de pâtes ●	Filet de hoki sauce veloutée au basilic	Bouquet de légumes	Gouda	Fruit
Ven. 23	Salade d'endives	Paupiette de veau sauce végétale provençale	Blé ●	Samos	Flan à la vanille nappé caramel

Bouquet de légumes : chou-fleur, brocolis, carotte.

Du 26 au 30 octobre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 26	Friand au fromage	Sauté de dinde ● sauce végétale champignons crémée	Carottes ●	Bûchette	Fruit ●
Mar. 27	Céleri ● râpé au cerfeuil (Produit Local)	Knack de volaille	Pommes vapeur et cancoillotte (Produit Local)		Compote allégée pomme-pêche
Mer. 28	Salade verte (Produit Local)	Filet de colin sauce tomate	Coquillettes ●	Emmental	Crème dessert à la vanille
Jeu. 29	Salade de pommes de terre vinaigrette moutarde à l'ancienne	Steak haché de bœuf charolais au jus (Produit Local)	Petits pois mijotés	Raclette	Fruit
	HALLOWEEN				
Ven. 30	Duo de choux bicolores ● (Produit Local)	Poulet rôti ● au jus	Purée de potiron	Yaourt aromatisé	Cake à la carotte

Chaque jeudi, le repas sera servi avec du pain BIO.

● Produit Label Rouge — ● Produit BIO — ● Plat végétarien

Recette à base de produits locaux

Sogeres RESTAURATEUR

30, cours de l'Île Seguin - 92777 Boulogne Billancourt Cedex
Internet : www.sogeres.fr - E-mail : contact@sogeres.fr

Création : RMP Impression : OTT imprimeurs. Photos : Sogeres.

Imprimé sur papier Satimat Green recyclé 60 % - Certifié FSC.