

**Portage de Repas** - 9 rue Henri Breuil - CS 90089 - 60607 Clermont cedex

**Tél : 03 44 68 27 41**

Nom :

Adresse :

Commune :

<b>HORMIS LE POTAGE - COMPOSITION DES PLATEAUX : VEUILLEZ INDIQUER LES QUANTITÉS DANS LES COLONNES</b>		Normal	Ss sel	Diabète
<b>LU 29</b>	Poireaux à la crème de moutarde – PAVÉ DE POISSON AU THYM ET CITRON – POMMES RONDES – Milanette – compote de pommes – gâteaux secs			
	Cake jambon fromage – GOULASH DE BOEUF AU PAPRIKA – HARICOTS BEURRE CIBOULETTE – petit suisse nature - fruit			
	Poireaux à la crème de moutarde – goulash de bœuf au paprika – pommes rondes + haricots beurre ciboulette – Milanette – compote de pommes sans sucre			
<b>MA 30</b>	1/2 pamplemousse sucré – ESCALOPE DE PORC A LA CRÈME – CHOUX DE BRUXELLES – Edam – crème dessert saveur vanille – gâteaux secs			
	Saucisson sec – SALADE A LA FOURME D'AMBERT ( frisée-fourme d'Ambert-PDT-tomate-oeuf dur ) - yaourt sucré - fruit			
	Tomate à l'estragon – fricassée de poulet sauce pesto rosso – boulgour à la provençale + choux de Bruxelles – petit suisse nature sans sucre - fruit			
<b>ME 31</b>	Concombre à l'aneth – PALERON AU VIN ROUGE – POÊLÉE MÉRIDIONALE – Coulommiers – beignet au chocolat			
	Crudités variées – ANDOUILLETTE A LA MOUTARDE – PURÉE – petit suisse aux fruits - fruit			
	Concombre à l'aneth – andouillette à la moutarde – purée + poêlée méridionale – yaourt nature sans sucre - fruit			
<b>JE 01</b>	Melon – ESCALOPE BOLOGNAISE – DUO NAVETS CAROTTES – Saint Paulin – brassé à la pulpe de fruits			
	Pâté de campagne cornichon – TAGLIATELLES CARBONARA – laitage au chocolat- fruit			
	Melon – tagliatelles Carbonara – Saint Paulin – yaourt aux fruits sans sucre			

<b>HORMIS LE POTAGE - COMPOSITION DES PLATEAUX : VEUILLEZ INDIQUER LES QUANTITÉS DANS LES COLONNES</b>		Normal	Ss sel	Diabète
<b>VE 02</b>	Salade charcutière – FILET DE POULET A L'INDIENNE – PETITS POIS A LA FRANÇAISE – Saint Bricet – fromage blanc confiture			
	Coeurs de palmier sauce ravigote – MOUSSAKA AU BOEUF ( aubergine-viande hachée ) – SALADE VERTE – aromatisé - fruit			
	Coeurs de palmier sauce ravigote – filet de poulet à l'indienne – pommes vapeur + petits pois à la française – Saint Bricet – fromage blanc nature sans sucre			
<b>SA 03</b>	Salade de tortis 3 couleurs – TRANCHETTES DE POULET SAUCE CAMEMBERT – CHOU FLEUR AUX FINES HERBES – bleu douceur – clafoutis aux framboises			
	Carottes râpées au vinaigre de cidre – POISSON A LA BORDELAISE – RIZ A L'ESPAGNOLE – yaourt nature - fruit			
	Carottes râpées au vinaigre de cidre – filet de poisson blanc – riz à l'espagnole + chou fleur aux fines herbes – yaourt nature sans sucre - fruit			
<b>DI 04</b>	Tartare de courgettes aux St Jacques – SAUTÉ DE PORC AUX OLIVES – SPAGHETTIS – Tomme noire – compote de fruits – gâteaux secs			
	Terrine de légumes mayonnaise – FILET DE POISSON FROID A LA TOMATE – HARICOTS VERTS VINAIGRETTE – semoule au lait - fruit			
	Tartare de courgettes aux St Jacques – sauté de porc aux olives – spaghettis + haricots verts – Tomme noire – poire au naturel			
<b>LU 05 férié</b>	Rosette beurre – DOS DE CABILLAUD SAUCE OSEILLE – CAROTTES AU JUS – Camembert – tarte à la mangue			
	Feuilleté au Comté – CRÉPINETTE GRILLÉE SAUCE MOUTARDE – POMMES VAPEUR – petit suisse sucré - fruit			
	Feuilleté au Comté – dos de cabillaud sauce oseille – riz + carottes au jus – Camembert – pêche au naturel			

① Attention pour les menus Sans Sel : *Entrée, Salade composée, Fromage* → contient un peu de Sel

**Exemplaire à remettre signé**

Suivi qualité des plateaux – vos remarques :

Téléchargez aussi vos menus sur le site internet [www.pays-clermontois.fr](http://www.pays-clermontois.fr) rubrique Vie pratique → Portage de Repas