

Institut St Dominique

Mortefontaine



Semaine du 8 au 12 janvier 2018



I'épice du mois : le gingembre

MIDI

LUNDI 8

St Lucien

Galette des rois

Œuf dur mayonnaise - chou rouge aux pommes - Friand au fromage
Cuisse de poulet rôtie - courgettes farcies

Ratatouille - semoule - haricots beurre

Fromage - yaourt nature

Fruit - crème caramel - compote de pomme

MARDI 9

Ste Alix



Carottes râpées vinaigrette - endives aux noix - macédoine
Sauté de porc vanille/gingembre - brochette de dinde mexicaine

Pâtes - champignons - chou fleur

Fromage - yaourt nature

Yaourt aromatisé - beignet au chocolat - fruit

MERCREDI 10

St Guillaume

Céleri bulgare - concombres vinaigrette - surimi mayo

Paupiette de dinde au curry - merguez

Brocolis - purée

Fromage - yaourt nature

Liégeois au chocolat - fruit - entremets pistache

JEUDI 11

St Paulin

Betteraves rouges vinaigrette - terrine de poisson - salade fromagère

Bœuf bourguignon - cordon bleu

Gratin dauphinois - carottes - petits pois

Fromage - yaourt nature



Galette des rois

VENDREDI 12

Ste Tatiana

Taboulé - rosette de Lyon - coleslaw

Filet de colin au beurre blanc - rôti de veau à l'ail

Haricots verts persillés - riz - navets braisés

Fromage - yaourt nature

Fruit - tarte aux pommes - petits suisses aromatisés

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du chef de cuisine.

Institut St Dominique

Mortefontaine



Semaine du 15 au 19 janvier 2018



I'épice du mois : le gingembre

MIDI

LUNDI 15

St Rémi

Concombres à la ciboulette - choux fleur sauce cocktail - paté de foie
Chipolatas - blanquette de volaille
Boulgour - légumes couscous - carottes
Fromage - yaourt nature
Entremets vanille - fruit - crème dessert

MARDI 16

St Marcel

Sardine beurre - carottes râpées - endives au roquefort
Rôti de bœuf aux herbes - normandin de veau
Poêlée de légumes - pâtes - épinards à la crème
Fromage - yaourt nature
Fruit - clafoutis aux cerises - yaourt aromatisé

MERCREDI 17

Ste Roseline

Cake jambon/fromage - poireaux vinaigrette - piémontaise
Omelette aux herbes - côte de porc à la moutarde
Haricots verts - pommes vapeur
Fromage - yaourt nature
Fruit - riz au lait - oreillons d'abricots au sirop

JEUDI 18

Ste Prisca

Pomelos au sucre - coeurs de palmiers - œuf dur mayonnaise
Escalope de dinde sauce poivre - tomates farcies
Riz - courgettes - brocolis
Fromage - yaourt nature
Crème caramel - fruit - glace

VENDREDI 19

St Marius

Duo carottes/radis noirs - pizza - betteraves rouges
Pavé de saumon à l'oseille - palette à la diable
Chou-fleur - pommes de terre - salsifis
Fromage - yaourt nature
Tarte bourdaloue - fruit - mousse citron

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du chef de cuisine.

Institut St Dominique

Mortefontaine



Semaine du 22 au 26 janvier 2018



I'épice du mois : le gingembre

MIDI

LUNDI 22

St Vincent

Salade d'endives aux noix - avocat - céleri rémoulade
Cordon bleu - filet de merlu au citron
Duo de purées - cordiale de légumes - navets braisés
Fromage - yaourt nature
Yaourt aromatisé - fruit - crème praliné

MARDI 23

St Barnard

Salade de pommes de terre - carottes rapées - fonds d'artichauts
Rôti de porc à la dijonnaise - sauté de dinde aux poivrons
Haricots beurre - julienne de légumes - semoule
Fromage - yaourt nature
Fruit - tarte aux fruits - fromage blanc au coulis framboise

MERCREDI 24

St François

Champignons vinaigrette - macedoine mayonnaise - quiche
Cuisse de poulet à l'estagon - filet de lieu à la crème
Carottes - frites
Fromage - yaourt
Riz au lait - fruit - poire au sirop

JEUDI 25

Conversion St Paul

Poireaux vinaigrette - salade au thon - saucisson à l'ail
Carbonnade flamande - brandade de morue
Pâtes - salade - haricots verts
Fromage - yaourt nature
Entremets pistache - fruit - mousse au chocolat

VENDREDI 26

Ste Paule

Rosette - haricots verts - salade de pâtes
Saumonette au beurre blanc - steak haché
Brunoise de légumes - riz - fondue de poireaux
Fromage - yaourt nature
Fruit - éclair au chocolat - compote de poire

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du chef de cuisine.

Institut St Dominique

Mortefontaine



Semaine du 29 janvier au 2 février 2018



I'épice du mois : le gingembre

MIDI

LUNDI 29

St Gildas

Chou rouge râpé vinaigrette - crêpe au fromage - h.rouges au maïs
Sauté de canard à l'orange - hoki pané
Pennes - navets braisés - poêlée maraîchère
Fromage - yaourt nature
Petits suisses aromatisés - fruit - gâteau de semoule

MARDI 30

Ste Martine

Terrine aux 2 poissons - œuf mimosa - concombre
Blanquette de veau à l'ancienne - haut de cuisse de poulet
Carottes - riz - chou romanesco
Fromage - yaourt nature
Fruit - crème vanille - gâteau basque

MERCREDI 31

Ste Marcelle

Salade de lentilles - salade de surimi - cœurs de palmiers
Steak haché sauce tomate - jambon braisé
Pâtes - julienne de légumes
Fromage - yaourt
Fruit - crème renversée - tarte maison

JEUDI 1

Ste Ella

Céleri rémoulade - taboulé de boulgour - salade de soja
Omelette au fromage - boulettes d'agneau au curry
Potatoes - haricots beurre - champignons à l'ail
Fromage - yaourt
Entremets au chocolat - fruits - glace

VENDREDI 2

Chandeleur



Carottes râpées vinaigrette - asperges mayonnaise - pomelos
Filet de merlu au citron - côte de porc sauce estragon
Fondue de poireaux - semoule - ratatouille
Fromage - yaourt nature
Crêpe au sucre

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du chef de cuisine.

Institut St Dominique

Mortefontaine



Semaine du 5 au 9 février 2018



l'épice du mois : le curry

MIDI

LUNDI 5

Ste Agathe

Quiche au fromage - betteraves rouges vinaigrette - endive aux pommes
Sauté de bœuf aux olives - paupiette de volaille forestière
Brocolis - pommes vapeur - carottes
Fromage - yaourt nature
Fruits - cocktail de fruits - île flottante

MARDI 6

St Gaston

Salade au surimi - chou blanc à la paysanne - friand au fromage
Normandin de veau - blanquette de poisson
Pâtes - julienne de légumes - petits pois
Fromage - yaourt
Compote de poire - tarte au citron - velouté aux fruits

MERCREDI 7

Ste Eugénie

Concombres vinaigrette - céleri aux raisins - salami
Côte de porc à la moutarde - quenelles de veau à la crème
Lentilles - carottes
Fromage - yaourt nature
Crème au citron - crumble aux pommes - fruit

JEUDI 8

Ste Jacqueline

H.beurre vinaigrette - macédoine de légumes - œuf mayonnaise
Haut de cuisse de poulet au curry - boudin noir
Semoule - brunoise de légumes - chou-fleur
Fromage - yaourt nature
Fruit - pomme au four - crème caramel

VENDREDI 9

Ste Apolline

Salade d'endives - carottes râpées - avocat sauce cocktail
Filet de colin au citron - sauté de porc sauce poivre
Epinards - riz - panais au beurre
Fromage - yaourt nature
Pâtisserie - petits suisses aromatisés - fruit

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du chef de cuisine.

Institut St Dominique

Mortefontaine



Semaine du 12 au 16 février 2018



l'épice du mois : le curry

MIDI

LUNDI 12

St Félix

Œuf dur mayonnaise - betteraves mimosa - cœurs de palmiers

Jambon braisé - gigot d'agneau à l'ail

Blé - ratatouille - chou braisé

Fromage - yaourt nature

Fruit - panna cotta - pain perdu

MARDI 13



Salade de perles - fenouil vinaigrette - frisée aux lardons

Emincé de dinde à la crème - hachis parmentier

Petits pois - carottes - purée

Fromage

Beignet ancien & jus clémentine & curry - fruit

MERCREDI 14

St Valentin

Mercredi des cendres

Salade à la mimolette - carotte - chou-fleur à la grecque

Filet de poisson à la ciboulette - poisson pané

Brunoise de légumes - boulgour

Fromage - yaourt nature

Mousse au chocolat - fruit - fromage blanc aromatisé

JEUDI 15

St Claude

Chou blanc râpé aux pommes - concombre ciboulette - taboulé

Bœuf mode - escalope de volaille à la crème

Pommes vapeur - épinards - gratin de courgettes

Fromage - yaourt nature

Fruit - liégeois café - tarte chocolat

VENDREDI 16

Ste Julienne



**Nouvel an
chinois !**

Pousses de soja - avocat - pomelos

Calamars à la romaine - flétan à la chinoise

Riz cantonnais - poêlée chinoise - champignons

Fromage - yaourt nature

Crème framboise et litchis - cocktail de fruits aux litchis - yaourt aromatisé

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du chef de cuisine.

Institut St Dominique

Mortefontaine



Semaine du 19 au 23 février 2018



l'épice du mois : le curry

MIDI

LUNDI 19

St Gabin

Pomelos au sucre - carottes râpées - endives aux croûtons
Omelette aux champignons - sauté de veau aux olives
Pommes sautées - haricots verts - purée de potimaron
Fromage - yaourt nature
Fromage blanc aromatisé - muffin - fruit

MARDI 20

St Aimée

Pizza au fromage - salade au surimi - salade mexicaine
Rôti de porc au jus - escalope viennoise
Carottes au curry - pâtes - macédoine de légumes
Fromage - yaourt nature
Fruit - tarte aux pommes - flan nappé caramel

MERCREDI 21

Sts Pierre Damien

Carottes râpées à l'orange - salami - céleri aux poires
Tajine de bœuf - Pilons de poulet
Légumes couscous - semoule
Fromage - yaourt nature
Compote de pomme - flan pâtissier - fruit

JEUDI 22

Ste Isabelle



Pomme au curry - pâté en croute - salade au thon
Aiguillettes de poulet à la moutarde - cervelas obernois
Riz - navets braisés - gratin de blettes
Fromage - yaourt nature
Dessert trompe l'œil - fruit - brownies

VENDREDI 23

St Lazare

Haricots verts vinaigrette - sardine - concombres
Nuggets de poisson - aile de raie sauce aux câpres
Blé - ratatouille - brocolis
Fromage - yaourt nature
Fruit - tarte au citron - crème caramel

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du chef de cuisine.