

## MENUS DE SEPTEMBRE - CENTRE D'ACCUEIL DE JOUR CAP AVENIR

**Du 1er au 5 septembre**

### LUNDI

COEUR DE PALMIER AU  
PAMPLEMOUSSE  
BRANDADE DE MORUE  
SALADE VERTE  
FROMAGE  
FRUIT DE SAISON

**MARDI : aujourd'hui, nous  
Mangeons végétarien !**

*Gaspacho de concombre à la*

*Menthe*

*Tarte à la tomate /salade*

*Fromage*

*Crème brûlée*



### MERCREDI

TRANCHE DE MELON  
ROTI DE VEAU FORESTIER  
COURGETTES SAUTEES  
FROMAGE  
TARTE AUX FRUITS

### JEUDI

MOUSSE DE BETTERAVE CHEVRE  
BASILIC  
TOMATE FARCIE  
RIZ  
FROMAGE  
FRUIT DE SAISON

### VENDREDI

SALADE DE PDT AUX OIGNONS  
PAPILLOTE DE POISSON  
HARICOTS BEURRE PERSILLES  
FROMAGE  
FRUITS DE SAISON

**Du 08 au 12 septembre 2024**

### LUNDI

TABOULE à la menthe  
CUISSÉ DE POULET RÔTIE  
BROCOLIS/ champignon  
FROMAGE  
FRUIT DE SAISON

### MARDI

AVOCAT VINAIGRETTE ET  
CREVETTES  
SAUTÉ DE BOEUF A LA  
PROVENCALE  
POMME DE TERRE/ CAROTTE  
POIRE AU CHOCOLAT

### MERCREDI

CHOU FLEUR/SAUCE Fromage  
Blanc  
ROTI DE PORC/DINDE A  
L'ESTRAGON  
COURGETTES GRILLEES A L'AIL  
FROMAGE  
CLAFOUTIS MAISON AUX  
MIRABELLES

**JEUDI : aujourd'hui, nous  
mangeons Végétarien !**

*Wrap crudités*

*Omelette ( Pdt/*

*champignons/oignon)*

*Salade*

*Fromage blanc /coulis de fraise*

### VENDREDI

CAVIAR D'AUBERGINES  
PAVE DE SAUMON (frais) AU  
CURRY SUR SON  
LIT D'EPINARD ET RIZ  
FROMAGE  
COMPOTE MAISON

**Du 15 au 20 septembre 2024**

**LUNDI : aujourd'hui, c'est  
végétarien !**

*Salade de haricots verts échalote*

*Dahl de lentilles corail, curry et*

*lait de coco / boulgour*

*Fromage*

*Fruit de saison*



### MARDI

PIEMONTAISE  
FRICASSEE DE DINDE AUX  
PRUNEAUX  
CHAMPIGNONS A L'AIL  
FROMAGE  
CREME AU CHOCOLAT

### MERCREDI

GASPACHO DE MELON AU  
CHEVRE  
ROTI DE VEAU AU ROMARIN  
GRATIN DE PATES MAISON  
COMPOTE MAISON

### JEUDI

CELERI RAPE  
PALERON BRAISE  
CAROTTES AU CUMIN  
FROMAGE  
GLACE CHOCOLAT/VANILLE

### VENDREDI

HOUMOUS  
FILET DE HADDOCK  
COEUR DE BLE AUX HERBES  
FROMAGE /SALADE DE FRUIT

### SAMEDI

SALADE COMPOSEE  
PIZZA AU THON  
SALADE VERTE  
FROMAGE / FRUIT DE SAISON

**Du 22 au 26 septembre 2024**

### LUNDI

CONCOMBRE VINAIGRETTE  
STEAK HACHE AUX PETITS  
OIGNONS  
GRATIN DAUPHINOIS  
FROMAGE  
FRUITS DE SAISON

### MARDI

TOMATES AU BASILIC  
PAVE DE CABILLAUD  
POLENTA CREMEUSE  
FROMAGE  
COMPOTE MAISON

### MERCREDI

SALADE DE PATES  
ESCALOPE DE DINDE A LA CREME  
FENOUIL BRAISE  
FROMAGE  
MOUSSE AU CHOCOLAT

### JEUDI

CAROTTES RAPEES A L'ORANGE  
SAUTÉ DE BOEUF AUX OLIVES  
SEMOULE AUX LEGUMES  
FROMAGE  
FRUIT DE SAISON

**VENDREDI : aujourd'hui, nous  
Mangeons végétarien !**

*Poireaux en nid*

*Lasagnes végétariennes*

*Salade verte*

*Fruit de saison*



Ces menus sont donnés  
à titre indicatif !