VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

SIVOS - MIREBEAU - CHOUPPES - AMBERRE - COUSSAY -

Semaine du 02 au 06 novembre 2026

	Lundi 02 novembre	Mardi 03 novembre		Jeudi 05 novembre	Vendredi 06 novembre
Entrée	Velouté de tomates aux vermicelles	Salade de pâtes au maïs		Concombres à la crème	Menu Halloween Feuilleté au fromage et ketchup
Plat	Poisson pané au citron	Hachis parmentier de bœuf		Omelette aux pommes de terre	Boulette de bœuf sauce tomate
Garniture	Pommes rissolées			Salade verte	Purée de potimarron et carotte
Fromage	Fromage				
Dessert		Compote de fruit		Fruit de saison	Mousse chocolat et biscuit



BON APPÉTIT !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées selon les approvisionnements, susceptibles de contenir des allergènes. Pour plus d'informations, veuillez-vous rapprocher du chef de cuisine.

Toutes nos viandes (bœuf, veau, porc, agneau, volailles) sont fraiches, élevées et abattues en France, à l'exception des viandes hachées pour des raisons sanitaires (surgelées). La viande de bœuf est issue de races à viande.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

SIVOS - MIREBEAU - CHOUPPES - AMBERRE - COUSSAY -

Semaine du 09 au 13 novembre 2026

	Lundi 09 novembre	Mardi 10 novembre	Jeudi 12 novembre	Vendredi 13 novembre
Entrée	Macédoine de légumes mayonnaise	Velouté de poireaux	Chèvre chaud toasté	Salade de mogettes, échalotes persillées
Plat	Steak haché sauce brune	Médaillon de merlu sauce citron	Gratin de gnocchis sauce tomate	Rôti de porc sauce moutarde
Garniture	Haricots verts persillés	Brocolis	Végétarien	Pommes de terre rissolées
Fromage				
Dessert	Fruit de saison	Liégeois vanille	Compote et galette st michel	Yaourt aromatisé

Le légume de saison

J'ai un seul pied.
J'ai un chapeau mais pas de tête.
Je suis blanc ou rouge ou jaune ou marron ou ...
Il peut être parfois dangereux de me manger.
Je ne suis ni un animal ni un végétal, je suis...



LE CHAMPIGNON
bien sûr !

BON APPÉTIT !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées selon les approvisionnements, susceptibles de contenir des allergènes. Pour plus d'informations, veuillez-vous rapprocher du chef de cuisine.

Toutes nos viandes (bœuf, veau, porc, agneau, volailles) sont fraiches, élevées et abattues en France, à l'exception des viandes hachées pour des raisons sanitaires (surgelées). La viande de bœuf est issue de races à viande.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

SIVOS - MIREBEAU - CHOUPPES - AMBERRE - COUSSAY -

Semaine du 16 au 20 novembre 2026

	Lundi 16 novembre	Mardi 17 novembre	Jeudi 19 novembre	Vendredi 20 novembre
Entrée	Rosette cornichon	Carottes vinaigrette	Potage Dubarry	Céleri rémoulade
Plat	Colin sauce curry	Gratin dauphinois	Blanquette de veau	Poulet rôti
Garniture	Épinards	Salade verte	Pâtes	Frites
Fromage				Fromage à la coupe
Dessert	Yaourt aromatisé	Gâteau aux poires	Fruit de saison	

La recette du riz au lait

pour 4 personnes

Fais frémir 1 litre de lait avec 4 cuillères à soupe de sucre et 1 gousse de vanille (ouverte pour libérer ses grains).

Ajoute 100 g de riz rond et laisse cuire jusqu'à absorption complète du lait, en remuant régulièrement.

Enfin, mets dans des ramequins ou petits pots.

À déguster bien frais !

BON APPÉTIT !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées selon les approvisionnements, susceptibles de contenir des allergènes. Pour plus d'informations, veuillez-vous rapprocher du chef de cuisine.

Toutes nos viandes (bœuf, veau, porc, agneau, volailles) sont fraiches, élevées et abattues en France, à l'exception des viandes hachées pour des raisons sanitaires (surgelées). La viande de bœuf est issue de races à viande.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

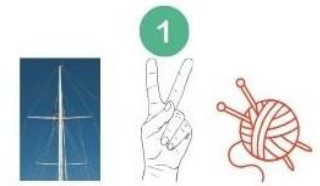
AU MENU

SIVOS - MIREBEAU - CHOUPPES - AMBERRE - COUSSAY -

Semaine du 23 au 27 novembre 2026

	Lundi 23 novembre	Mardi 24 novembre	Jeudi 26 novembre	Vendredi 27 novembre
Entrée	Velouté de tomates aux vermicelles	Rillette cornichon	Betteraves vinaigrettes	Coleslaw
Plat	Gratin macaronis et brocolis mimolette	Cordon bleu	Calamar à la romaine	Émincé de bœuf à la thaï
Garniture	Végétarien	Riz pilaf	Carottes Vichy	Haricots verts persillés
Fromage			Fromage à la coupe	
Dessert	Île flottante	Fromage blanc		Yaourt aromatisé

RÉBUS



1: mât-deux-laine / 2 : seau-scie-son / 3 : macaron-nid

BON APPÉTIT !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées selon les approvisionnements, susceptibles de contenir des allergènes. Pour plus d'informations, veuillez-vous rapprocher du chef de cuisine.

Toutes nos viandes (bœuf, veau, porc, agneau, volailles) sont fraiches, élevées et abattues en France, à l'exception des viandes hachées pour des raisons sanitaires (surgelées). La viande de bœuf est issue de races à viande.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU



SIVOS - MIREBEAU - CHOUPPES - AMBERRE - COUSSAY -

Semaine du 30 novembre au 04 décembre 2026

	Lundi 30 novembre	Mardi 01 décembre	Jeudi 03 décembre	Vendredi 04 décembre
Entrée	Pâté de campagne cornichon	Salade verte aux noix et croûtons	Velouté de butternut	Chou-fleur vinaigrette mimosa
Plat	Crumble de merlu aux légumes	Saucisse chipolatas	Œufs durs florentine	Spaghettis à la bolognaise au bœuf
Garniture		Lentilles mijotées	Épinards à la crème	
Fromage		Fromage à la coupe		
Dessert	Crème au chocolat		Fruit de saison	Novly caramel

Charades

Mon premier est le contraire de dur.
Mon deuxième est le contraire de tôt.
Mon troisième est un chiffre.
Mon tout est piquant.
Qui suis-je ?

Mon premier est le contraire de haut.
Mon deuxième est la 19ème lettre de l'alphabet.
Mon troisième est un animal têtu.
Mon tout est un fruit.
Qui suis-je ?

Moutarde - Banane

BON APPÉTIT !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées selon les approvisionnements, susceptibles de contenir des allergènes. Pour plus d'informations, veuillez-vous rapprocher du chef de cuisine.

Toutes nos viandes (bœuf, veau, porc, agneau, volailles) sont fraiches, élevées et abattues en France, à l'exception des viandes hachées pour des raisons sanitaires (surgelées). La viande de bœuf est issue de races à viande.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU



SIVOS MIREBEAU - CHOUPPES - AMBERRE - COUSSAY

Semaine du 07 au 11 décembre 2026

	Lundi 07 décembre	Mardi 08 décembre	Jeudi 10 décembre	Vendredi 11 décembre
Entrée	Salade de perles au surimi sauce corail	Velouté de champignons	Salade de lentilles vertes échalotes	Carottes râpées au yaourt
Plat	Aiguillettes poulet moutardées	Brandade de poisson	Quiche patate douce et oignons caramélisés	Chili con carne
Garniture	Haricots beurre	Salade verte	Salade verte	Riz
Fromage			Végétarien	
Dessert	Fromage blanc	Clémentine	Gâteau marbré	Yaourt aromatisé

La recette du cake au citron

pour 8 personnes

Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).
Beurrer et fariner le moule à cake (30 cm de long environ).
Faire fondre 100 g de beurre.
Laver le citron, râper finement la peau (mais pas la peau blanche qui est amère), puis le couper en deux pour le presser afin de recueillir son jus.
Mélanger 200 g de farine, 150 g de sucre et 1/2 sachet de levure.
Ajouter 4 oeufs un à un, puis le beurre fondu et enfin le zeste et le jus du citron.
Mélanger le tout et verser la préparation dans le moule.
Faire cuire environ 40 minutes.

Régale-toi !

BON APPÉTIT !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées selon les approvisionnements, susceptibles de contenir des allergènes. Pour plus d'informations, veuillez-vous rapprocher du chef de cuisine.

Toutes nos viandes (bœuf, veau, porc, agneau, volailles) sont fraiches, élevées et abattues en France, à l'exception des viandes hachées pour des raisons sanitaires (surgelées). La viande de bœuf est issue de races à viande.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

SIVOS MIREBEAU - CHOUPPES - AMBERRE - COUSSAY

Semaine du 14 au 18 décembre 2026

	Lundi 14 décembre	Mardi 15 décembre	Jeudi 17 décembre	Vendredi 18 décembre
Entrée	Macédoine de légumes	Saucisson à l'ail		Salade œuf mayonnaise
Plat	Couscous végétarien	Coquiflette aux dés de jambon		Aiguillette de poulet
Garniture	(légumes, pois chiches semoule)	Emmental râpé	Repas de Noël	Petits pois-carottes
Fromage	Végétarien			Fromage
Dessert	Crème vanille	Fruit de saison		



BON APPÉTIT !

Nos menus sont validés par notre diététicien-nutritionniste, susceptibles d'être modifiées selon les approvisionnements, susceptibles de contenir des allergènes. Pour plus d'informations, veuillez-vous rapprocher du chef de cuisine.

Toutes nos viandes (bœuf, veau, porc, agneau, volailles) sont fraiches, élevées et abattues en France, à l'exception des viandes hachées pour des raisons sanitaires (surgelées). La viande de bœuf est issue de races à viande.

VIANDES DE FRANCE

Fait maison