VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

AU MENU

PERNAY

Semaine du 02 au 06 novembre 2026

	Lundi 02 novembre	Mardi 03 novembre		Jeudi 05 novembre	Vendredi 06 novembre
Entrée	Bouillon de volaille vermicelles	Haricots verts & échalote		Potage de légumes	Menu Halloween Feuilleté saucisse ketchup
Plat	Poison pané au citron	Hachis parmentier de bœuf		Quiche aux légumes de saison	Boulette de bœuf sauce tomate
Garniture	Pommes de terre rissolées			Salade	Purée de potimarron
Fromage	Fromage	Fromage		Fromage	Mimolette
Dessert	Fruit	Gâteau vanille		Compote	Crème chocolat & orange brisure de biscuits

LE REPAS TOUT ORANGE D'HALLOWEEN



Végétarien

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

PERNAY

Semaine du 09 au 13 novembre 2026

	Lundi 09 novembre	Mardi 10 novembre	Le légume de saison	Jeudi 12 novembre	Vendredi 13 novembre
Entrée	Terrine de légumes	Haricot rouge thon & maïs	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...	Chèvre chaud toasté	Velouté de légumes
Plat	Steak haché sauce brune	Médaillon de merlu sauce citron		Gratin de légumes & riz au fromage	Rôti de porc sauce moutarde
Garniture	Haricots beurre persillés	Brocolis		Végétarien	Pommes de terre au four
Fromage	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe		Fromage blanc sucré	Fromage
Dessert	Compote de pommes	Liégeois chocolat		Fruit de saison	Eclair au chocolat



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

AU MENU

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

PERNAY

Semaine du 16 au 20 novembre 2026

	Lundi 16 novembre	Mardi 17 novembre	Jeudi 19 novembre	Vendredi 20 novembre
Entrée	Rillettes & cornichon	Carottes vinaigrette	Potage Dubarry	Betteraves vinaigrette
Plat	Colin sauce curry	Pizza aux légumes	Blanquette de veau	Poulet rôti
Garniture	Epinards	Salade verte	Pâtes	Pommes de terre rissolées
Fromage	Fromage à la coupe	Végétarien Fromage à la coupe	Vache Picon	Fromage à la coupe
Dessert	Yaourt fermier « Ferme de la Gautraie »	Gâteau aux pommes	Fruit	Fruits au sirop

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

AU MENU

VALEURS CULINAIRES
Quand le bon rencontre le bien

PERNAY

Semaine du 23 au 27 novembre 2026

	Lundi 23 novembre	Mardi 24 novembre	Jeudi 26 novembre	Vendredi 27 novembre
Entrée	Macédoine mayonnaise	Rosette & cornichon	Champignons à la crème	Coleslaw
Plat	Gratin de macaronis brocolis & mimolette	Blanquette de dinde	Calamars à la romaine	Emincé de bœuf à la thaï
Garniture	Végétarien	Carottes Vichy	Purée pommes de terre & panais	Riz
Fromage	Petit Suisse	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe
Dessert	Ile flottante	Gâteau marbré	Fruit	Mousse au chocolat

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

PERNAY

Semaine du 30 novembre au 04 décembre 2026

	Lundi 30 novembre	Mardi 01 décembre	Jeudi 03 décembre	Vendredi 04 décembre
Entrée	Houmous	Salade verte aux noix & croûtons	Velouté de butternut	Velouté de brocolis
Plat	Merlu gratiné aux légumes	Saucisses aux lentilles	Œufs durs à la Florentine	Effiloché de bœuf
Garniture			Végétarien	Pâtes
Fromage	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Fromage
Dessert	Yaourt fermier « Ferme de la Gautraie »	Compote	Crème dessert chocolat	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



PERNAY

Semaine du 07 au 11 décembre 2026

	Lundi 07 décembre	Mardi 08 décembre	Jeudi 10 décembre	Vendredi 11 décembre
Entrée	Macédoine mayonnaise	Velouté de tomates	Salade de lentilles vertes & échalotes	Carottes râpées au yaourt
Plat	Aiguillettes de poulet moutardées	Brandade de poisson	Quiche de légumes & oignons caramélisés	Chili con carne
Garniture	Haricots beurre	Salade verte	Salade verte	Riz
Fromage	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe	Petit Suisse	Fromage à la coupe
Dessert	Fromage blanc au miel	Clémentine	Salade de fruits	Gâteau vanille

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 !

Végétarien

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



PERNAY

Semaine du 14 au 18 décembre 2026

	Lundi 14 décembre	Mardi 15 décembre		Jeudi 17 décembre	Vendredi 18 décembre
Entrée	Velouté de potiron	Saucisson à l 'ail		Surimi mayonnaise	
Plat	Couscous végétarien (Légumes, pois chiches & semoule)	Poisson à l'aneth		Aiguillette de poulet sauce tartare	
Garniture	Végétarien	Pennes		Petits pois	Repas de Noël
Fromage	Fromage à la coupe	Fromage à la coupe		Fromage à la coupe	
Dessert	Crème vanille	Compote		Fruit	



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