

NOM :
PRENOM :
Arrondissement :

MENUS SEPTEMBRE OCTOBRE 2025

TEL : 04.72.70.67.15

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour



S40	☐ Lundi 29-sept	☐ Mardi 30-sept	☐ Mercredi Menu du terroir 01-oct	☐ Jeudi 02-oct	☐ Vendredi 03-oct	☐ Samedi 04-oct	☐ Dimanche Fête des Grands Pères 05-oct
MENU A	Legumes achards	Salade mexicaine	Saucisson sec et cornichon	Salade de pommes de terre sauce ravigote	Salade de haricots verts	Salade de lentilles aux épices douces	Pâté de volaille et cornichon
	Lasagnes au saumon (PC)	 Sauté de dinde à l'ancienne	 Hachis parmentier de bœuf (plat complet)	 Rôti de porc au romarin	 Merlu sauce crevette	Tarte aux fromages (mozzarella, emmental, fromage blanc)	Rôti de veau sauce marengo
	/	Carottes au beurre	/	Bouquetière de légumes	Semoule	Salsifis à la tomate	Pâtes Torsades
	Petit fromage frais	Gouda	Edam	Yaourt aromatisé	Leerdammer®	Vache GrosJean®	Bleu
	Fruit de saison	Cake aux pommes	Tarte pomme-rhubarbe	Purée pomme fraise individuelle	Fruit de saison	Flan nappé de caramel	Tarte ananas coco
S40	☐ Lundi 29-sept	☐ Mardi 30-sept	☐ Mercredi 01-oct	☐ Jeudi 02-oct	☐ Vendredi 03-oct	☐ Samedi 04-oct	☐ Dimanche 05-oct
MENU B	Mousse de canard et cornichon	Raïta de concombres	Maquereaux au vin blanc	Terrine de légumes mayonnaise	Cake aux olives	Salade de cœurs de palmier	Salade asiatique
	 Côte de porc au jus	Hoki sauce bisque	Quenelles sauce nantua	Poulet sauce coq au vin	Endives au jambon (plat complet)	 Bœuf sauce antilles	 Colin d'Alaska sauce beurre blanc
	Chou-fleur béchamel	Riz créole	Haricots plats aux oignons	Blé tendre	/	Pommes persillées	Poêlée campagnarde
	Emmental	Cantafrais®	Yaourt nature	 Cantal AOP	Fromage blanc	Saint Paulin	 Saint Nectaire AOP
	Brownie	Salade de fruits individuelle	Tarte pomme-rhubarbe	Liégeois saveur chocolat	Purée pomme-ananas individuelle	Fruit de saison	Tarte ananas coco
POTAGE	Crème à l'oseille	Potage de légumes variés	Potage de petits pois	Potage de légumes variés	Velouté de champignons	Potage de légumes variés	Potage de brocolis au fromage frais



Viande Française



Produit de la mer durable



Appellation d'Origine Protégée



NOM :
PRENOM :
Arrondissement :

MENUS SEPTEMBRE OCTOBRE 2025

TEL : 04.72.70.67.15

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour



S41	☐	Lundi Auvergne 06-oct	☐	Mardi Nord 07-oct	☐	Mercredi Bretagne 08-oct	☐	Jeudi Ouest 09-oct	☐	Vendredi Alsace 10-oct	☐	Samedi Sud-Est 11-oct	☐	Dimanche Rhône-Alpes 12-oct
MENU A		Fenouil sauce gribiche		Salade de chou rouge aux pommes		Crêpe aux champignons		Salade de haricots verts et gésiers		Céleri rémoulade		Salade de tomates à la vinaigrette		Salade de lentilles
		Saucisse		Aiguillettes de poulet sauce maroilles		Merlu au beurre Nantais		Cassoulet (plat complet)		Choucroute (plat complet)		Soupe au pistou (plat complet)		Quenelles sauce financière
		Aligot		Poêlée forestière		Riz pilaf		/		/		/		Mélange de légumes d'antan
		Bleu d'Auvergne		Yaourt nature		Montcadi croûte noire		Tomme des Pyrénées		Mimolette		Petit fromage frais		Cervelle de canuts
		Clafoutis aux poires et amandes		Gaufre de Bruxelles		Far breton		Gâteau Basque		Tarte aux mirabelles		Gâteau à l'huile d'olive et au citron		Ile flottante

S41	☐	Lundi 06-oct	☐	Mardi 07-oct	☐	Mercredi 08-oct	☐	Jeudi 09-oct	☐	Vendredi 10-oct	☐	Samedi 11-oct	☐	Dimanche 12-oct
MENU B		Macédoine à la vinaigrette		Feuilleté Dubarry		Salade de fond de d'artichaut		Terrine de légumes et mayonnaise		Croisillon au fromage		Caviar de légumes ratatouille		Rosette et cornichon
		Pâtes chifferi fromage de chèvre et légumes (plat complet)		Gratin de moules		Poulet sauce au cidre		Hoki sauce bisque		Cubes de poisson sauce Alsacienne		Pissaladière		Andouillette à la moutarde
		/		Pommes rissolés		Carottes au jus		Navets braisés		Jardinière de légumes		Salade iceberg		Purée de pommes de terre
		Fromage blanc		Petit moulé®		Petit fromage frais		Bleu		Emmental		Edam		Camembert
		Purée de pommes individuelle		Fruit de saison		Far breton		Gâteau Basque		Fruit de saison		Purée de pommes-abricot individuelle		Ile flottante

POTAGE		Potage de légumes variés		Velouté d'épinards		Potage de légumes variés		Potage de haricots beurre		Potage de légumes variés		Bouillon de vermicelles		Potage de légumes variés
--------	--	--------------------------	--	--------------------	--	--------------------------	--	---------------------------	--	--------------------------	--	-------------------------	--	--------------------------



Viande Française



Produit de la mer durable

NOM :
PRENOM :
Arrondissement :

MENUS SEPTEMBRE OCTOBRE 2025

TEL : 04.72.70.67.15

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour



S42	☐ Lundi 13-oct	☐ Mardi 14-oct	☐ Mercredi La Réunion 15-oct	☐ Jeudi 16-oct	☐ Vendredi 17-oct	☐ Samedi 18-oct	☐ Dimanche 19-oct
MENU A	Chou-fleur vinaigrette au curry	Taboulé	Salade de cœurs de palmier	Saucisson à l'ail et cornichon	Salade de quinoa	Carottes râpée sauce à l'aneth	Brocolis à la vinaigrette
	Boulettes de boeuf sauce poivrade	Marmite de poisson à l'orientale	Rougail saucisse	Aiguillettes de poulet sauce safranée	Œufs brouillés au fromage	Hoki sauce citron et coriandre	Foie de veau au vinaigre
	Pommes de terre persillées	Haricots verts persillés	Riz	Petits pois au jus	Epinards à la crème	Blé tendre	Purée de légumes
	Bûchette mi chèvre	Cœur de dame®	Fromage blanc	Saint Paulin	Faisselle	Brie	Petit cotentin®
	Crème dessert saveur vanille	Pruneaux au sirop léger	Gâteau aux patates douces	Fruit de saison	Purée pomme-coing individuelle	Fruit de saison	Flan pâtissier
S42	☐ Lundi 13-oct	☐ Mardi 14-oct	☐ Mercredi 15-oct	☐ Jeudi 16-oct	☐ Vendredi 17-oct	☐ Samedi 18-oct	☐ Dimanche 19-oct
MENU B	Salade de pois chiches au cumin	Poireaux vinaigrette	Feuilleté au chèvre	Légumes achards	Salade iceberg à la vinaigrette	Mousse de betteraves et fromage frais	Salade de pommes de terre à l'estragon
	Croûti fromage et Emmental (Emmental, Mozzarella)	Rôti de dinde aux oignons	Colin d'Alaska sauce ciboulette	Ravioli au chèvre et à la sauce basilic (plat complet)	Estouffade de bœuf à la niçoise	Emincé de dinde sauce bressane	Paupiette de saumon sauce oseille
	Blettes à la provençale	Farfalles	Céleri braisé	/	Pommes paillasson	Jardinière de légumes	Polenta crémeuse
	Gouda	Saint Nectaire AOP	Cantal AOP	Petit fromage frais	Petit moulé®	Yaourt aromatisé	Mimolette
	Fruit de saison	Pruneaux au sirop léger	Gâteau aux patates douces	Purée pomme-banane individuelle	Liégeois saveur café	Tarte aux poires bourdaloue	Flan pâtissier
POTAGE	Potage de légumes variés	Velouté de potiron	Potage de légumes variés	Potage Crécy (carottes)	Potage de légumes variés	Potage parmentier	Potage de légumes variés



Viande Française



Produit de la mer durable



Appellation d'Origine Protégée

NOM :
 PRENOM :
 Arrondissement :

MENUS SEPTEMBRE OCTOBRE 2025

TEL : 04.72.70.67.15

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour



S43	☐	Lundi 20-oct	☐	Mardi 21-oct	☐	Mercredi Menu du terroir 22-oct	☐	Jeudi 23-oct	☐	Vendredi 24-oct	☐	Samedi 25-oct	☐	Dimanche 26-oct
MENU A	☐	Boulgour en salade	☐	Céleri râpé aux pommes vinaigrette au miel	☐	Jambon blanc et cornichon	☐	Fenouil sauce rémoulade	☐	Betteraves à la vinaigrette	☐	Pâté de campagne et cornichon	☐	Emincé de radis à la vinaigrette
	☐	 Merlu sauce catalane	☐	Cuisse de poulet aux herbes	☐	 Rôti de bœuf sauce olive	☐	Gratin de fruits de mer	☐	Merguez grillée	☐	Chou farci	☐	 Sauté de dinde au jus
	☐	Endive braisée	☐	Lentilles	☐	Pommes rösti aux légumes	☐	Mélange de céréales	☐	Cordiale de légumes	☐	Pommes vapeur	☐	Gratin de potiron
	☐	Yaourt aromatisé à l'abricot de la ferme des Pourchoux	☐	Emmental	☐	Gouda	☐	Tomme blanche	☐	Chanteneige®	☐	Petit fromage frais	☐	Camembert
	☐	Fruit de saison	☐	Flan nappé de caramel	☐	Tarte au chocolat	☐	Compote pomme-poire allégée en sucre individuelle	☐	Paris-Brest	☐	Salade de fruits individuelle	☐	Cake aux épices
S43	☐	Lundi 20-oct	☐	Mardi 21-oct	☐	Mercredi 22-oct	☐	Jeudi 23-oct	☐	Vendredi 24-oct	☐	Samedi 25-oct	☐	Dimanche 26-oct
MENU B	☐	Salade de fonds d'artichauts	☐	Rillettes de thon et rondelle de citron	☐	Chou blanc aux agrumes	☐	Salade de perles	☐	Cervelas et cornichon	☐	Tarte aux légumes	☐	Macédoine à la mayonnaise
	☐	 Fricassée de dinde	☐	Pizza aux fromages	☐	 Blanquette de poisson	☐	 Sauté de porc sauce diable	☐	Rognons de boeuf sauce mère	☐	 Colin d'Alaska meunière	☐	 Emincé végétal BIO sauce curry
	☐	Macaroni	☐	Poêlée campagnarde	☐	Carottes au jus	☐	Salsifis persillés	☐	Riz créole	☐	Poireaux béchamel	☐	Penne rigate
	☐	Bleu	☐	Petit fromage frais	☐	Port Salut®	☐	Leerdammer®	☐	Yaourt sucré	☐	Edam	☐	Vache Picon®
	☐	Lacté saveur vanille	☐	Fruit de saison	☐	Tarte au chocolat	☐	Mousse saveur citron	☐	Purée pomme-coing	☐	Fruit de saison	☐	Cake aux épices
POTAGE		Soupe minestrone		Potage de légumes variés		Potage de petits pois à la menthe		Potage de légumes variés		Potage indien		Potage de légumes variés		Velouté d'épinards



Viande Française



Produit de la mer durable



Agriculture Biologique

NOM :
PRENOM :
Arrondissement :

MENUS SEPTEMBRE OCTOBRE 2025

TEL : 04.72.70.67.15

UGFRL - PORTAGE

Cochez le menu de votre choix dans la case correspondante du jour



S44	☐ Lundi 27-oct	☐ Mardi 28-oct	☐ Mercredi Menu du terroir 29-oct	☐ Jeudi 30-oct	☐ Vendredi 31-oct	☐ Samedi Toussaint 01-nov	☐ Dimanche 02-nov
MENU A	Croisillon au fromage	Terrine de légumes et mayonnaise	Salade iceberg à la vinaigrette	Poireaux vinaigrette	Rillettes et cornichon	Champignons à la grecque	Salade soissonnaise (haricots blanc)
	Cœuf dur à la florentine	Aiguillettes de poulet sauce chasseur	Boudin aux pommes	Colin d'Alaska sauce crevette	Colombo de porc	Sauté de dinde sauce pain d'épices	Merlu sauce aurore
	Epinards	Riz pilaf	Purée de pommes de terre	Haricots plats aux oignons	Cavatappi	Poêlée forestière	Jardinière de légumes
	Pont l'Evêque AOP	Yaourt nature	Leerdammer®	Gouda	Fromage blanc	Camembert	Petit moulé®
	Cocktail de fruits au sirop léger	Fruit de saison	Eclair saveur chocolat	Taploca au lait vanillé	Purée pomme-banane individuelle	Brownie	Tarte aux pommes grillagée
S44	☐ Lundi 27-oct	☐ Mardi 28-oct	☐ Mercredi 29-oct	☐ Jeudi 30-oct	☐ Vendredi 31-oct	☐ Samedi 01-nov	☐ Dimanche 02-nov
MENU B	Carottes cuites aux épices	Salade de cœur de palmier	Salade de haricots rouges et maïs	Salade coleslaw	Salade de pommes de terre aux harengs	Pâté en croûte et cornichon	Brocolis à la vinaigrette
	Rôti de porc à la sauge	Hoki sauce dugléré	Nuggets de fromage	Kefta de mouton à l'orientale	Cordon bleu de volaille	Cassolette de cubes de poisson blanc et moules	Lasagne bolonaise (plat complet)
	Polenta crémeuse	Fenouil braisé	Poêlée chinoise	Semoule au curcuma	Petit pois au jus	Blé tendre	/
	Fromage blanc	Saint Paulin	Yaourt aromatisé	Petit cotentin®	Mimolette	Cantal AOP	Coulommiers
	Fruit de saison	Cake à l'ananas	Eclair saveur chocolat	Purée pomme-coing individuelle	Fruit de saison	Crème dessert saveur caramel	Tarte aux pommes grillagée
POTAGE	Potage de légumes variés	Potage parmentier	Potage de légumes variés	Crème à l'oseille	Potage de légumes variés	Velouté d'endives	Potage de légumes variés



Viande Française



Produit de la mer durable



Appellation d'Origine Protégée