

# RESTAURATION – MIDI EHPAD & FOYER DE VIE

DU 12 AU 18 JANVIER 2026



## Lundi

**MACÉDOINE DE  
LÉGUMES**

**BOULETTE DE  
LENTILLES  
VERTES BIO**  
PRÉSENCE : GLUTEN,  
COQUE, CÉLERI,  
MOUTARDE, SULFITES

**SEMOULE  
COUSCOUS**  
PRÉSENCE : GLUTEN, LAIT

**FROMAGE**  
PRÉSENCE : LAIT

**COMPOTE  
DE FRUITS  
DE SAISON**

## Mardi

**BETTERAVES  
VINAIGRETTE**  
PRÉSENCE : MOUTARDE,  
SULFITES

**DINDE  
MARENGO**

**CAROTTES  
VICHY**  
PRÉSENCE : LAIT  
TRACE : GLUTEN

**FROMAGE**  
PRÉSENCE : LAIT

**FRUITS DE  
SAISON**

## Mercredi

**SALADE DE  
PÂTES**  
PRÉSENCE : GLUTEN,  
ŒUFS, LAIT, MOUTARDE  
TRACE : SOJA, COQUE,  
CÉLERI, SULFITES

**CHIPOLATAS**  
PRÉSENCE : GLUTEN,  
ŒUFS, LAIT  
TRACE : SOJA, COQUE,  
CÉLERI, MOUTARDE

**RATATOUILLE  
CUISINÉE  
EXPRESS BIO**

**FROMAGE**  
PRÉSENCE : LAIT

**MOUSSE AU  
CHOCOLAT**  
PRÉSENCE : GLUTEN,  
ŒUFS, LAIT  
TRACE : COQUE

## Jeudi

**SARDINES**  
PRÉSENCE : POISSON, LAIT

**CORDON BLEU**  
PRÉSENCE : GLUTEN,  
ŒUFS, ARACHIDE,  
SOJA, LAIT  
TRACE : CRUSTACÉS,  
POISSON, COQUE, CÉLERI,  
MOUTARDE, SÉSAME,  
SULFITES, LUPIN,  
MOLLUSQUES

**HARICOT  
BEURRE**  
PRÉSENCE : LAIT

**FROMAGE**  
PRÉSENCE : LAIT

**COCKTAIL  
DE FRUITS**

## Vendredi

**CHOU-FLEUR  
VINAIGRETTE  
OU MOUTARDE**  
PRÉSENCE : MOUTARDE,  
SULFITES

**FILET  
DE POISSON**

**BLÉ**  
PRÉSENCE : GLUTEN

**FROMAGE**  
PRÉSENCE : LAIT

**LIÉGEOIS**  
PRÉSENCE : LAIT  
TRACE : GLUTEN

## Samedi

**SALADE DE  
POMMES DE  
TERRE AU THON**  
PRÉSENCE : ŒUFS,  
POISSON, MOUTARDE

**PILON  
DE POULET**

**POÊLÉE  
FORESTIÈRE  
DE LA  
SAINT-HUBERT**  
PRÉSENCE : SOJA

**FROMAGE**  
PRÉSENCE : LAIT

**FRUITS DE  
SAISON**

## Dimanche

**FRIAND AU  
FROMAGE**  
PRÉSENCE : GLUTEN,  
ŒUFS, ARACHIDE, LAIT  
TRACE : CRUSTACÉS,  
POISSON, SOJA, COQUE,  
CÉLERI, MOUTARDE,  
SÉSAME, SULFITES, LUPIN,  
MOLLUSQUES

**FONDANT DE  
PORC AU CIDRE**  
PRÉSENCE : GLUTEN

**ECRASÉ DE  
POMMES DE  
TERRE**  
PRÉSENCE : LAIT  
TRACE : GLUTEN

**FROMAGE**  
PRÉSENCE : LAIT

**PÂTISSERIE**  
PRÉSENCE : GLUTEN,  
ŒUFS, LAIT

# Bon déjeuner !

Menu réalisé par une diététicienne dans le respect du Diagramme des Fréquences et du GEMRCN.

**Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires.  
Merci de vous rapprocher du directeur de la Cuisine Centrale pour tout renseignement complémentaire. Contact : cuisine.centrale@plumeliau-bieuzy.bzh

Ce menu pourra être modifié exceptionnellement en cas de défaillance d'un fournisseur, ou si des impératifs de service l'imposent.