

• Menu •

| du 7 au 11 Juin 2021 |

Lundi

Betteraves rouges,
vinaigrette moutarde
à l'ancienne et miel

Cuisse de poulet
rôtie au jus

Pommes smiles

Cantal

Pomme

ou

Kiwi

Mardi

Melon charentais

Omelette

Petit pois au jus

Pointe de brie

Choux vanille

Mercredi

Rosette, cornichons
Galantine de volaille,
cornichons

Sauté de bœuf,
sauce guardian

Blé et carottes

Yaourt nature, sucre

Banane

ou

Poire

Jeudi

Concombre, sauce
bulgare

Normandin de veau,
sauce poivre

Coquillettes, gruyère

Bûche mi-chèvre

Flan vanille

Vendredi

Tomates,
vinaigrette

Poisson pané, citron


Haricots verts


Fromage blanc

aromatisé


Cerises

    Produits de saison

 Menu végétarien

 Appellation d'origine protégée

 Indication géographique protégée


 Label Rouge




<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes




 Bleu Blanc Coeur

 SCIC Coopérative Bio Ile-de-France

 Issu de l'agriculture biologique

 Nouvelle recette

 Toutes les viandes de bœuf et le sauté de veau sont issus d'animaux nés, élevés et abattus en France

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



• Menu •

| du 14 au 18 Juin 2021 |

Lundi

Salade diablo
•
Sauté de poulet,
sauce aigre douce 🌿
Carottes
•
Bleu d'Auvergne
•
Pomme
ou
Poire

Mardi

Pastèque 🌸
•
Jambon de dinde
Gratin de chou fleur
•
Carré du Poitou
•
Purée de pomme
sans sucre ajouté 🌿

Mercredi

Macédoine,
mayonnaise
•
Sauté d'agneau, sauce
noix de cajou 🌿
Boulghour
•
Yaourt aromatisé
vanille 🌿
•
Fraises, sucre 🌸

Jendredi

🌿
Salade verte aux
croûtons et dès de
fromage, vinaigrette 🌿
•
Beignets de blé,
ketchup
Jardinière de légumes
et pommes de terre 🌿
•
Saint-Nectaire 🌸
•
Nectarine 🌸

Vendredi

Tomates et
fromage de brebis,
vinaigrette 🌿 🌸
•
Parmentier de poisson
Salade verte,
vinaigrette
•
Bûche mi-chèvre
•
Crème chocolat

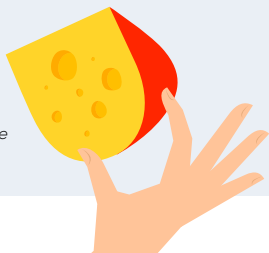
🌸 🌿 🍷 🌨 Produits de saison

🌿 Menu végétarien

🍷 Appellation d'origine protégée

🌿 Indication géographique protégée

🍷 Label Rouge




Cuisine
les 4 fourchettes
ASSY • CHILLY-HAZARIN • EPINAY-SUR-ORGE

<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

🌿 Bleu Blanc Coeur

🌿 SCIC Coopérative Bio Ile-de-France

🌿 Issu de l'agriculture biologique

🌿 Nouvelle recette


🍷 Toutes les viandes de boeuf et le sauté de veau sont
issus d'animaux nés, élevés et abattus en France

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits






• Menu •

| du 21 au 25 Juin 2021 |




Lundi

Mâche, maïs, radis
rondelle, vinaigrette
•
Saucisse de Toulouse
Saucisse de volaille
Lentilles et carottes 
•
Coulommiers
•
Pêche au sirop



Mardi

Rillettes, cornichons
Galantine de volaille,
cornichons
•
Sauté de dinde,
sauce paprika
Courgettes  
•
Yaourt aromatisé
•
Nectarine  
ou
Abricot 

Mercredi



Salade de pâtes,
tomates, olives,
vinaigrette
•
Filet de colin,
sauce citron
Brocolis
•
Pont-l'Évêque 
•
Pastèque  


Jendredi


Concombre, sauce
bulgare  
•
Steak hâché,
sauce tomate
Pommes morceaux
•
Bûchette mi-chèvre
•
Compote pomme
et framboise

Vendredi


 Melon Charentais 
•
Chili végétal
Riz 
•
Fromage blanc, sucre
•
Cerises 

    Produits de saison

 Menu végétarien

 Appellation d'origine protégée

 Indication géographique protégée


 Label Rouge



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
[@cuisineles4fourchettes](https://www.facebook.com/cuisineles4fourchettes)




 Bleu Blanc Coeur

 SCIC Coopérative Bio Ile-de-France

 Issu de l'agriculture biologique

 Nouvelle recette

 Toutes les viandes de boeuf et le sauté de veau sont issus d'animaux nés, élevés et abattus en France

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

• Menu •

| du 28 Juin au 2 Juillet 2021 |

Lundi

Tomates, vinaigrette



Sauté de veau,

sauce curry

Potatoes

Saint-Nectaire

Compote de pomme

allégée en sucre

Mardi

Crêpe fromage

Rôti de bœuf, ketchup

Purée de haricots verts

Petits suisses

aromatisés

Melon jaune

Mercredi

Betteraves rouges,
vinaigrette

Tortis trois couleurs,
sauce aux deux
fromages

Yaourt nature , sucre

Abricot

ou

Pêche

Jeudi

Pastèque

Rôti de dinde

Riz et ratatouille

Carré du Poitou

Quatre-quart,

crème anglaise

Vendredi

Taboulé

Poisson pané, citron

Epinards à la crème

Pointe de brie

Banane

ou

Kiwi

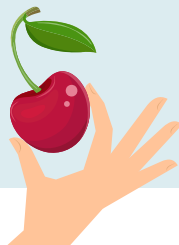
Produits de saison

Menu végétarien

Appellation d'origine protégée

Indication géographique protégée

Label Rouge



Cuisine
les 4 fourchettes
ARSSY • CHILLY-HAZARIN • EPINAY-SUR-ORGE

<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

Bleu Blanc Coeur

SCIC Coopérative Bio Ile-de-France

Issu de l'agriculture biologique

Nouvelle recette

Toutes les viandes de boeuf et le sauté de veau sont issus d'animaux nés, élevés et abattus en France

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits