

# VABRES L'ABBAYE

Semaine n°35 : du 29 Août au 2 Septembre 2022



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

		C'est la rentrée !	
		JEUDI	VENREDI
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
ENTRÉE			Betterave nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT			Tortis BIO bolognaise (Bolognaise et aromates non BIO)
PRODUIT LAITIER			***
DESSERT			Purée de courgettes
			Camembert
			Pêche

Salade parmentière :  
pommes de terre, œufs dur, tomates, maïs, olives et poivrons

P.A. n°3

\* contient du porc

Semaine n°36 : du 5 au 9 Septembre 2022

		C'est la rentrée !	
		JEUDI	VENREDI
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
ENTRÉE	Carottes râpées vinaigrette	Salade parmentière	Concombre ciboulette nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf marengo	Tarte au fromage	Poulet rôti
PRODUIT LAITIER	Riz créole	Salade verte	Petits pois BIO cuisinés *
DESSERT	Yaourt nature sucré	Pavé 1/2 sel	Brie
	Compote pomme abricot	Nectarine	Tarte Abricotine
			Edam
			Banane



Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINES & NATURELLE AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

# VABRES L'ABBAYE

Semaine n°37 : du 12 au 16 Septembre 2022



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Tomate vinaigrette	Betteraves	Courgettes râpées et poivrons vinaigrette à l'origan	Coquillettes au basilic	Salade bicolore (carotte BIO)
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Goulash de bœuf	Parmentier de poisson	Chili sin carne	Omelette	Palette de porc sauce provençale *
PRODUIT LAITIER	Carottes BIO persillées	***	***	Ratatouille	Haricots blancs cuisinés
DESSERT	Fromage blanc sucré	Gouda	Camembert	Yaourt aromatisé	Mimolette
	Fourrandise abricot	Prunes	Crème dessert chocolat	Poire	Compote pomme fraise

Salade bicolore: carotte, radis / Salade de blé estival : blé, concombre, menthe / Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise

P.A. n°5

\* contient du porc

Semaine n°38 : du 19 au 23 Septembre 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage	Salade verte nature	Salade de blé estival	Meion	Salade coleslaw (carotte et chou blanc BIO)
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de dinde tandoori	Boulettes de bœuf à la tomate	Colin pané citron	Tortis bolognaise de lentilles BIO (aromates non bio)	Merlu sauce normande
PRODUIT LAITIER	Haricots verts	Semoule	Purée de brocolis	***	Riz créole
DESSERT	Yaourt nature sucré	Brie	Emmental	Saint Nectaire	Fromage blanc sucré
	Pomme	Flan nappé caramel	Banane	Moelleux au chocolat	Couppelles de cocktail de fruits

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°853/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°1



**Ansamble**  
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

# VABRES L'ABBAYE

Semaine n°39 : du 26 au 30 Septembre 2022

La Jordanie



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Tomate nature	Salade pastourelle	Ceufs durs mayonnaise	Concombre à la menthe	Céleri rémoulade
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cassoulet * ***	Colin meunière citron Carottes BIO persillées	Blé BIO à la napolitaine ***	Falafels Courgettes au zaatar	Estouffade de bœuf Purée de pommes de terre
PRODUIT LAITIER	Mimolette	Yaourt aromatisé	Fromage blanc sucré	Fraidou	Fromage blanc aux fruits
DESSERT	Mousse au chocolat	Pomme	Raisin	Gâteau à la fleur d'oranger	Madeleine

P.A. n°2

Salade pastourelle: pâtes, tomate, poivron / Salade vendéenne : chou blanc, raisin

\* contient du porc

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Taboulé ( semoule BIO)	Salade verte nature	Carotte râpée vinaigre	Salade vendéenne	Saucisson à l'ail *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de volaille Petits pois	Curry de légumes et RIZ BIO ***	Chou-fleur à la parisienne * ***	Tex Mex de bœuf au cumin Coquillettes	Colin sauce bercy Epinards à la crème
PRODUIT LAITIER	Emmental	Cantal	Yaourt nature sucré	Cotentin	Brie
DESSERT	Pomme	Liégeois vanille	Crêpe au sucre	Purée pomme vanille	Banane

P.A. n°3

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande d'Élevage de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements.



		LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI													
ENTRÉE	Betterave nature	Duo carotte BIO et radis blanc	Salade de riz, poivron, maïs	Chou rouge vinaigrette	Pâté forestier *	PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis parmentier (plat complet)	Penne BIO au crémeux de patate douce et lentilles corail	Tarte chèvre basilic	Rôti de porc sauce pomme figue *	Merlu sauce crème	PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Fromage frais au sel de Guérande	Bûchette mi chèvre	Camembert	Mimolette	DESSERT	Pomme	Fromage blanc à la crème de marrons	Fondant chocolat potiron	Kiwi	
	***	***	Blettes à la provençale	Haricots beurre	Mitonnée d'automne (carotte, panais)		Salade pastourelle	Salade pastourelle	Salade colorée														

Salade pastourelle: pâtes, tomate, poivron / Salade colorée: carotte, chou rouge

P.A. n°4

\* contient du porc

		LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI													
ENTRÉE	Salade verte nature	Potage de légumes ou macédoine mayonnaise	Céleri rémoulade	Salade pastourelle	Salade colorée	PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Bœuf bourguignon	Emincé de dinde au paprika	Nuggets de blé	Saucisse de Toulouse *	Carottes BIO persillées	Purée de pommes de terre	Chou-fleur au curcuma	Lentilles	Yaourt nature sucré	Fondu président	Carré fromager	Fromage blanc sucré	Edam	Madeleine	Pomme	Banane	Purée pomme
PRODUIT LAITIER																							

P.A. n°5

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°853/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.



# VABRES L'ABBAYE

Semaine n°43 : du 24 au 28 Octobre 2022



**TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>ENTRÉE</b>	Crêpe au fromage	Chou blanc râpé vinaigrette	Salade arlequin	Concombre	Carottes râpées BIO ciboulette
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Poulet rôti	Chili con carne et P.7.910	Pizza au fromage	Farfalles BIO au curry de pois chiches	Marmite de poisson
<b>PRODUIT LAITIER</b>	Petits pois cuisinés lardons *	***	Salade verte	***	Blé
<b>DESSERT</b>	Yaourt nature sucré	Brie	Saint Nectaire	Vache qui rit	Yaourt aromatisé
	Poire	Crème dessert chocolat	Banane	Tarte Normande	Couppelles cocktail de fruits

Salade arlequin: p. de terre, petits pois, maïs / Salade du chef: riz,œuf dur, tomate, jambon

PA. n°1

\* contient du porc



**C'est Halloween!**

Semaine n°44 : du 31 Octobre au 4 Novembre 2022

Toussaint

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>ENTRÉE</b>	Potage de légumes ou Céleri rémoulade (céleri BIO)		Salade du chef *	Salade de pâtes tricolores	Potage de légumes ou macédoine de légumes
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Parmentier haricots rouges patate douce		Beignets de poisson	Omelette	Goulash de bœuf
<b>PRODUIT LAITIER</b>	***		Haricots beurre	Poelée de légumes	Semoule
<b>DESSERT</b>	Pavé 1/2 sel		Fromage blanc sucré	Fromage frais ail et fines herbes	Gouda
	Flan nappé caramel		Poire	Banane	Pomme

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°853/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

PA. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

# VABRES L'ABBAYE

Semaine n°45 : du 7 au 11 Novembre 2022



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Armistice

	MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
ENTRÉE	Potage de légumes ou céleri rémoulade	Pâté de foie *	Salade de pommes de terre échalote	Betterave nature				
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colombo de carotte, lentilles corail et RIZ BIO	Colin sauce citron	Palette de porc *	Sauté de bœuf stroganoff				
PRODUIT LAITIER	***	Purée d'haricots verts	Chou-fleur béchamel	Tortis				
DESSERT	Rondelé	Camembert	Fromage blanc sucré	Edam				
	Liegeois vanille	Banane	Poire	Pomme				

Semoule fantaisie:  
semoule, maïs, tomate /  
Salade western: haricots rouges, maïs

P.A. n°3

\* contient du porc

Semaine n°46 : du 14 au 18 Novembre 2022

	MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
ENTRÉE	Semoule fantaisie	Potage de légumes ou Salade verte	Salade western	Potage de potiron ou chou blanc	Carottes râpées bio vinaigrette à l'orange			
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Croq blé épinards fromage	Lasagne bolognaise	Omelette au fromage	Sauté de dinde crème aux oignons caramélisés	Poisson pané			
PRODUIT LAITIER	Petits pois au jus	***	Ratatouille	Poêlée de légumes	Blé			
DESSERT	Yaourt aromatisé	Vache qui rit	Bûchette mi chèvre	Comté	Gouda			
	Orange	Banane	Crème dessert caramel	Gaufre au chocolat	Pomme			



Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°899/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.



P.A. n°4

Menu Blanc Cœur

Plat végétarien

Label rouge

Vianade/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE





Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

# VABRES L'ABBAYE

Semaine n°47 : du 21 au 25 Novembre 2022



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI			
 ENTRÉE	Salade verte nature	Potage de légumes ou Haricots verts BIO échalote	Chou rouge vinaigrette	Raita de carotte	Betterave nature	 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Parmentier de potiron au bœuf	Colin sauce dieppoise	Jambon braisé *	Poulet tikka massala	Tortis bolognaise de lentilles BIO (aromates non BIO)
	***	Bouलगour	Pommes rissolées	Riz créole	***		***	Riz créole	***	***	***
 PRODUIT LAITIER	Cotentin	Yaourt sucré	Coulommiers	***	Edam			Lassi mangue cardamome			
 DESSERT	Madeleine	Kiwi	Mousse au chocolat		Clémentine						

Raita de carotte: carotte, sauce fromage blanc au cumin, paprika, citron / Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise

P.A. n°5

\* contient du porc

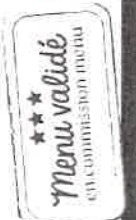
Semaine n°48 : du 28 Novembre au 2 Décembre 2022

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI				
 ENTRÉE	Crêpe aux champignons	Salade coleslaw (carotte et chou blanc BIO)	Salade de blé aux petits légumes	Potage de potiron ou chou-fleur vinaigrette	Céleri rémoulade	 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de dinde à la crème	Boulettes de bœuf saure piquante	Omelette	Couscous de légumes BIO (aromates non BIO)	Blanquette de poisson	
 PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Brie	Mimolette	Vache qui rit	Fromage blanc sucré							
 DESSERT	Pomme	Flan vanille	Banane	Tarte au flan	Purée de pommes							

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°1



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Vignoble de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements

# VABRES L'ABBAYE

Semaine n°49 : du 5 au 9 Décembre 2022



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Potage de légumes ou betterave nature	Lentilles échalote	Taboulé (semoule BIO)	Chou rouge vinaigrette	Salade verte nature
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Pommes de terre à la savoyarde *	Poisson pané	Tarte aux légumes	Bœuf bourguignon	Riz à la cantonnaise
PRODUIT LAITIER	***	Poêlée de légumes	Carottes braisées	Coquillettes	***
DESSERT	Yaourt aromatisé	Fondu président	Fromage blanc sucré	Camembert	Cantal
	Kiwi	Clémentines	Poire	Liégeois chocolat	Couppelles de cocktail de fruits

Salade tricolore: pâtes tricolores, poivron, olive

P.A. n°2

\* contient du porc

Semaine n°50 : du 12 au 16 Décembre 2022

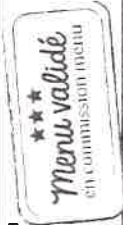


	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Paté de campagne ou potage de légumes	Carotte râpée vinaig	Salade tricolore		Salade de riz
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Raviolis à la volaille	Nugget's de blé	Chou-fleur à la parisienne *		Merlu sauce américaine
PRODUIT LAITIER	***	Chou-fleur béchamel	***		Haricots beurre
DESSERT	Emmental	Rondelé	Fromage blanc sucré		Brie
	Purée pomme poire	Crème dessert vanille	Pomme		Banane

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°3



bleu blanc Courir



Plat végétarien



Label rouge



Vlaanderen/œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements



# VABRES L'ABBAYE

Semaine n°51 : du 19 au 23 Décembre 2022



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Potage de légumes ou macédoine mayonnaise	Salade coleslaw (carotte et chou blanc BIO)	Salade Western	Chou rouge vinaigrette	Cervelas *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis parmentier BIO (aromates non bio)	Curry de lentilles corail et riz BIO (aromates non BIO)	Pizza	Poulet rôti	Colin sauce hollandaise
PRODUIT LAITIER	***	***	Salade verte	Petits pois BIO cuisinés *	Trio de légumes
DESSERT	Yaourt aromatisé	Mimolette	Bûchette mi chèvre	Saint Nectaire	Cotentin
	Clémentine	Mousse au chocolat	Purée pomme orange	Moelleux vanille	Pomme

Salade coleslaw: carotte, chou blanc, mayonnaise / Salade exotique: riz, ananas, maïs / Salade vendéenne : chou blanc, raisin / Salade arlequin: p. de terre, petits pois, maïs

P.A. n°4

\* contient du porc

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Salade exotique BIO (ananas non BIO)	Potage de légumes ou betterave nature	Salade vendéenne	Salade arlequin	Céleri rémoulade
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Bœuf aux oignons	Merlu sauce crème curcuma	Emincé de dinde aux champignons	Nuggets de blé	Cassoulet *
PRODUIT LAITIER	Carottes BIO persillées	Semoule	Macaronis	Poêlée de légumes	***
DESSERT	Fromage blanc sucré	Edam	Camembert	Yaourt aromatisé	Fraidou
	Gaufre au chocolat	Ciémentine	Flan vanille	Poire	Smoothie pomme mangue

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°899/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

P.A. n°5



Bleu Blanc Cœur

Plat végétarien

Label rouge

Viande/Œuf de France

Pêche responsable

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE

ANSAMBLE

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés selon nos approvisionnements