

**MENU AUTOMNE SEMAINE 1**  
du 06 au 10 novembre



|                          | LUNDI   | MARDI                           | MERCREDI | JEUDI  | VENDREDI                      |
|--------------------------|---|---------------------------------|----------|--|-------------------------------|
| <b>Repas du déjeuner</b> | Salade de choux blanc pomme de terre raisins secs vinaigrette | Saucisson sec et cornichons     |          | <b>MENU SANS VIANDE ET SANS POISSON</b>        | 😊 😊 Salade de lentilles (lot) |
|                          | 😊 Sauté de bœuf   | Filet de colin sauce Provençale |          | Soupe de campagne                              | 😊 Blanc de volaille mariné    |
|                          | Haricots verts Forestier                                      | 😊 Blé pilaf                     |          | Tortillas pomme de terre et piperade Basquaise | Choux fleur à la tomate       |
|                          | Fromage à la coupe "Mt Salvie"                                | Petit suisse (1)                |          | Emmental                                       | Cantal                        |
|                          | Tarte aux pommes  | Fruit de saison                 |          | Fruit de saison                                | Cocktail de fruits au sirop   |

😊 produits de notre région

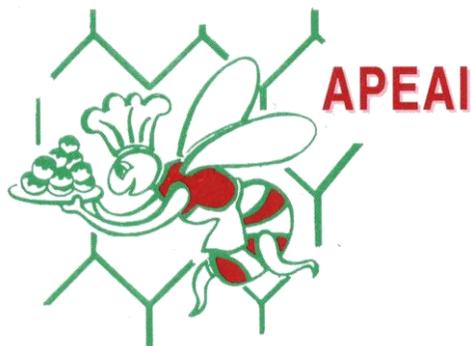
😊 produits Bio

😊 produits labellisés

*Tous les mardis et vendredis: Pain Bio*



*L'ESAT L'Abeille vous souhaite un bon appétit !!!*



## MENU AUTOMNE SEMAINE 2

du 13 au 17 novembre



|                          | LUNDI  | MARDI                                     | MERCREDI | JEUDI                                 | VENDREDI                                    |
|--------------------------|--|---|----------|---------------------------------------|---|
| <b>Repas du déjeuner</b> | Carottes rapées citron<br>huile d'olive      | Salade de betteraves<br>et dés de gruyère |          | Salade verte gésiers<br>confits       | <b>MENU SANS VIANDE<br/>ET SANS POISSON</b> |
|                          | 😊 Blanquette de veau<br>fermier de l'Aveyron | 😊 Saucisse grillée                        |          | Dos de cabillaud<br>sauce basilic     | Potage                                      |
|                          | 😊 Coquillettes au beurre                     | Poêlée de légumes                         |          | Gratin de pommes de<br>terre épinards | Chili végétarien et riz                     |
|                          | Fromage à la coupe<br>"tome grise"           |   |          |                                       | Camembert                                   |
|                          | Fruit de saison                              | Riz au lait                               |          | 😊 Yaourt "Cantaveylot"                | Fruit de saison                             |

😊 produits de notre région

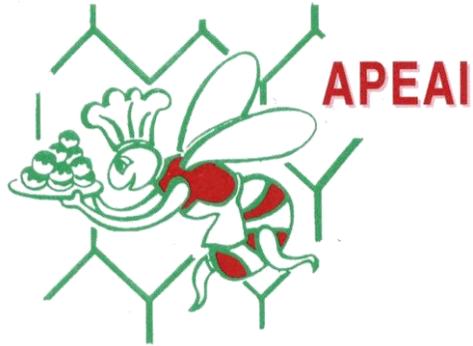
😊 produits Bio

😊 produits labellisés

Tous les mardis et vendredis: Pain Bio



*L'ESAT L'Abeille vous souhaite un bon appétit !!!*



## MENU AUTOMNE SEMAINE 3

du 20 au 24 novembre



|                          | LUNDI                  | MARDI                                     | MERCREDI | JEUDI  | VENDREDI                  |
|--------------------------|------------------------|---|----------|--|---------------------------|
| <b>Repas du déjeuner</b> | Taboulé oriental       | <b>MENU SANS VIANDE ET SANS POISSON</b>   |          | Pois chiche en salade de crudités                          | Nems                      |
|                          | Paleron de bœuf braisé | Salade composée (Maïs, olives et œuf dur) |          | 😊 Rôti de porc aux pruneaux                                | 😊 Dos de colin citrons    |
|                          | Brocolis à la tomates  | Lasagne chèvre et épinards                |          | Carottes sautées au cumin                                  | Riz pilaf aux légumes     |
|                          | Kiri                   | Tome noire                                |          |  | Fromage à la coupe "Brie" |
|                          | Fruit de saison        | Compote                                   |          | 😊 Yaourt au lait de chèvre "les cabrioles de Balajou"<br>😊 | Fruit de saison           |

😊 produits de notre région

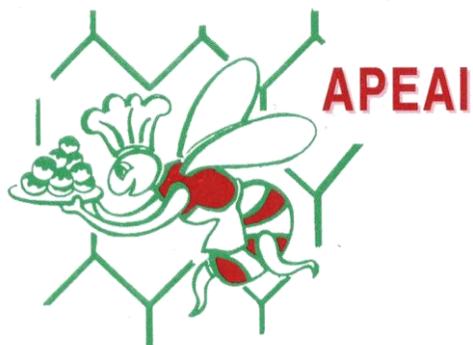
😊 produits Bio

😊 produits labellisés

Tous les mardis et vendredis: Pain Bio



*L'ESAT L'Abeille vous souhaite un bon appétit !!!*



**MENU AUTOMNE SEMAINE 4**  
du 27 novembre au 1er décembre



|                          | LUNDI                            | MARDI  | MERCREDI | JEUDI                    | VENDREDI                                |
|--------------------------|----------------------------------|--|----------|--------------------------|---|
| <b>Repas du déjeuner</b> | Carottes râpées                  | Salade de haricots blanc concombres et tomates |          | Salade de haricots verts | <b>MENU SANS VIANDE ET SANS POISSON</b> |
|                          | Cuisse de poulet sauce Basquaise | Brochette de poisson                           |          | 😊 Bœuf bourguignon       | Salade verte et œuf dur                 |
|                          | Purée de pomme de terre          | Gratin de choux fleur                          |          | 😊 Spaguetti au beurre    | Galette céréales                        |
|                          |                                  | Samos  |          | Babybel                  | Petit pois carottes                     |
|                          | Yaourt aux fruits                | Fruit de saison                                |          | Fruit de saison          | Crème dessert chocolat                  |

😊 *produits de notre région*

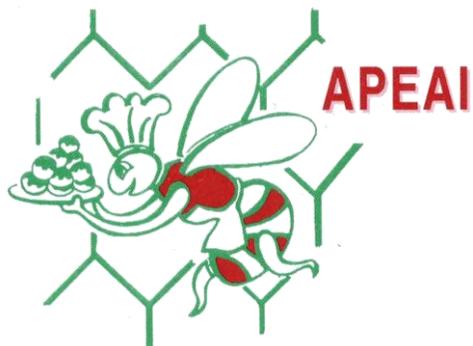
😊 *produits Bio*

😊 *produits labellisés*

*Tous les mardis et vendredis: Pain Bio*



*L'ESAT l'Abeille vous souhaite un bon appétit !!!*



## MENU AUTOMNE SEMAINE 5

du 04 au 08 décembre



|                          | LUNDI                          | MARDI                                   | MERCREDI | JEUDI           | VENDREDI                                       |
|--------------------------|--------------------------------|---|----------|-----------------|--|
| <b>Repas du déjeuner</b> | Soupe de potirons              | <b>MENU SANS VIANDE ET SANS POISSON</b> |          | Radis beurre    | Salade chou blanc et dés de jambon vinaigrette |
|                          | 😊 Sauté de volaille (BBC)      | Macédoine mayonnaise                    |          | Paëlla          | 😊 Rôti de veau fermier de l'Aveyron            |
|                          | Galettes de pommes de terre    | Omelettes fine herbes                   |          |                 | 😊🌱 Lentilles verte (lot)                       |
|                          | 😊 Fromage à la coupe "Mirabel" | 😊 Haricots verts persillés              |          | Kiri            | Edam   |
|                          | Fruit de saison                | Semoule au lait                         |          | Fruit de saison | Compote  |

😊 *produits de notre région*

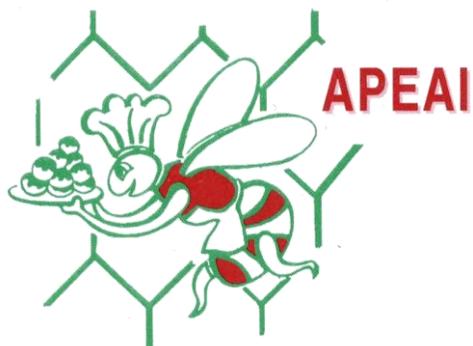
🌱 *produits Bio*

😊 *produits labellisés*

*Tous les mardis et vendredis: Pain Bio*



*L'ESAT L'Abeille vous souhaite un bon appétit !!!*



## MENU AUTOMNE SEMAINE 6

du 11 au 15 décembre



|                          | LUNDI              | MARDI                                   |  | JEUDI                | VENDREDI                               |
|--------------------------|--------------------|---|--|----------------------|--|
| <b>Repas du déjeuner</b> | Quiche Lorraine    | <b>MENU SANS VIANDE ET SANS POISSON</b> |  | Salade de riz        | Mesclun ou mâche                       |
|                          | Poisson meunière   | Salade de carottes<br>graines de sésame |  | 😊<br>😊 Pintade rôtie | 😊 Tajine d'agneau aux<br>abricots      |
|                          | Purée de potimaron | Ravioli au fromage<br>sauce tomate      |  | Epinards à la crème  | Semoule                                |
|                          |                    | Samos                                   |  | Cantal               | Emmental                               |
|                          | Fruit de saison    | Poire au sirop                          |  | Fruit de saison      | 😊 Yaourt aromatisé<br>"ferme de Lalie" |

😊 produits de notre région

😊 produits Bio

😋 produits labellisés

Tous les mardis et vendredis: Pain Bio



*L'ESAT L'Abeille vous souhaite un bon appétit !!!*