



Catalogue des
menus période
du
28 Septembre
au
1 Octobre
2020



Mandarine



Livraison de repas à domicile

MENUS

Semaine du 28 Septembre au 4 Octobre

repas espagnol

LUNDI 28

MENU A

Pâté de campagne
Mijoté de bœuf
Tomates provençales
Fromage blanc à la
crème
Pâtisserie

ou

MENU B

Carottes râpées
Dos de colin meunière
Pommes vapeur
Fromage blanc
Pâtisserie

MARDI 29

MENU A

Macédoine de légumes
Steak Haché
Lentilles
Comté
Fruit de saison

ou

MENU K

Rosette
Poisson pané
Carottes rôties & petits
pois au lard
Fromage
Compote de pommes

ou

**MENU
d'automne**

Rosette
Escalope de dinde
panée
Poêlée de légumes
Eclair vanille

MERCREDI 30

MENU A

Salade mélangée
Filet de poisson au beurre
blanc
Brocolis sauce tartare
St Paulin
Tarte aux fruits

ou

MENU K

Oeuf dur mayonnaise
Pâtes à la courge
butternut & saucisse
fumée
Yaourt nature
Liégeois café

ou

**MENU
d'automne**

Oeuf dur mayonnaise
Gigot d'agneau sauce
crème à l'ail
Flageolets fondants
Compote pomme-poire

JEUDI 1

MENU A

Lomo et jambon Serrano
Tortillas et pipérade (pomme
de terre poivrées)
Queso Manchego (fromage
espagnol)
Crème Catalane et churros

ou

MENU K

Tarte au fromage
Ragout de boeuf aux
légumes
Fromage
Fruit de saison

ou

**MENU
d'automne**

Tarte au fromage
Steack haché du
boucher grillé
Pommes de terre
au four
Crème caramel

NOUVEAU

**LES MENUS
D'AUTOMNE
(4 composantes)**



POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Pizza au fromage
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Tarte salée
Fromage
Crème vanille

Potage

REPAS

Pâtes bolognaise
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Légumes à l'orientale
Fromage
Mousse au chocolat

MENUS

Semaine du 28 Septembre au 4 Octobre

VENDREDI 2

MENU A

Salade de riz et cervelas
Sauté de volaille
Haricots verts
Mme Loïk
Poire au caramel

ou

MENU K

Céleri rémoulade
Filet de lieu chutney de
tomate
Riz
Yaourt aux fruits
Gâteau pommes-noix

ou

MENU d'automne

Céleri rémoulade
Gratin de macaroni
au jambon
Salade de fruits frais

SAMEDI 3

MENU A

Salade de choux fleurs
Filet de poisson au curry
Coquillettes safranée
Yaourt nature
Fruit de saison

ou

MENU K

Bricks au thon
Couscous aux
boulettes d'agneau
Fromage
Crème dessert à la
fleur d'orange

ou

MENU d'automne

Bricks au thon
Dos de cabillaud
vapeur
Gratin de courge au
comté
Muffin au chocolat

DIMANCHE 4

MENU A

Pamplemousse
Escalope de porc
courgettes persillées
Fromage
Fruits

ou

MENU K

Terrine de campagne
Poulet à la moutarde
Farfalles
Fromage blanc
Crème chocolat

ou

MENU d'automne

Terrine de campagne
Poulet grillé aux
poivrons
Pommes Dauhpine
Paris Brest

Faites nous part de vos envies

Chaque mois noter ici
les menus que vous
souhaiteriez manger et
retrouvez les dans le
catalogue du mois
suivant !

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Vous avez votre
mot à dire.**

POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Risotto aux
champignons
Fromage
Cocktail de fruits

Potage

REPAS

Tomates farcies
Fromage
Poire au vin

Potage

REPAS

Pommes boulangères
Fromage
Ananas rôti

MENUS

Semaine du 5 au 11 Octobre

LUNDI 5

MENU A

Assiette de charcuterie
Filet de poulet sauce
suprême
Gratin dauphinois
Fromage blanc à la
crème
Pâtisserie

ou

MENU B

Tartare avocat tomates
Dos de colin meunière
Pomme vapeur
Fromage
Fruit

MARDI 6

MENU A

Salade d'haricots verts et
maïs
Poulet basquaise
Julienne de légumes
Emmental
Pâtisserie

ou

MENU K

Terrine de Lapin
Filet de poisson
meunière
Curry de légumes
Fromage
Compte de fruits

ou

MENU d'automne

Terrine de Lapin
Escalope de dinde
panée
Poêlée de légumes
Eclair vanille

MERCREDI 7

MENU A

Salade de betteraves
Omelette
PDT sautées
Camembert
Fruit de saison

ou

MENU K

Lentilles vinaigrette
Risotto de boulgour au
chorizo ibérique
Yaourt nature
Ligeois chocolat

ou

MENU d'automne

Lentilles vinaigrette
Gigot d'agneau sauce
crème à l'ail
Flageolets fondants
Compote pomme-poire

JEUDI 8

MENU A

Salade de pois chiches
Filet de poisson
bordelaise
Poêlée de courgettes au
thym
Yaourt nature
Salade de fruits

ou

MENU K

Tarte oignons lardons
Tajine de viande
hachée
Petits pois & pommes
de terre
Fromage
Fruit de saison

ou

MENU d'automne

Tarte oignons lardons
Steack haché du
boucher grillé
Pommes de terre
au four
Crème caramel



**NOUVEAU
LES MENUS
D'AUTOMNE
(4 composantes)**

POUR LE SOIR

Potage

Potage

Potage

Potage

REPAS

Poêlée de légumes
Fromage
Fruit de saison

REPAS

Pâtes aux fruits de mer
Fromage
Fruit de saison

REPAS

Poireaux braisés
tomates
Fromage
Poire au chocolat et
amandes grillées

REPAS

Aligot (Aubrac)
Fromage
Crème caramel

MENUS

Semaine du 5 au 11 Octobre

VENDREDI 9

MENU A

Carottes râpées
Boulettes de bœuf
provençale
Haricots verts
Babybel
Gâteau de semoule

ou

MENU K

Terrine de légumes
Emietté de saumon
Pâtes aux épinards & à
la crème
Yaourt aux fruits
Eclair vanille

ou

MENU d'automne

Terrine de légumes
Gratin de macaroni
au jambon
Salade de fruits frais

SAMEDI 10

MENU A

Salade verte
Fish and chips
Frites
Rondelé ail et fines
herbes
Fruit de saison

ou

MENU K

Salade façon thaï
Porc au caramel
Riz
Fromage
Ananas frais

ou

MENU d'automne

Salade façon thaï
Dos de cabillaud
vapeur
Gratin de courge au
comté
Muffin au chocolat

DIMANCHE 11

MENU A

Salade de pâtes garnies
Côte de porc forestière
Carottes persillées
Fromage
Compote

ou

MENU K

Jambon de Pays
Oeuf brouillé
Sauté de brocoli
poivrons
Fromage blanc
Gâteau "maison"

ou

MENU d'automne

Jambon de Pays
Poulet grillé aux
poivrons
Pommes Dauhpine
Paris Brest

POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Poêlée lyonnaise
(lardons)
Fromage
Cake aux raisins

Potage

REPAS

Quiche lorraine
Fromage
Mélange de fruits cuits
au four

Potage

REPAS

Croque monsieur
Fromage
Flan pistache

Les suppléments

Assiette anglaise : 5.00 €



Terrine : 2.70 €

les tartes salés

Quiche du jour : 3.50 €

pizza du chef : 3.50 €

croque monsieur: 3.50 €



Cuisse de poulet rôti : 2.00 €

les pâtisseries : 2.20 €

Compote de pomme 0.80 €

Corbeille de fruits 10 €

Plateau de fromages 12 €

Baguette 200gr 1.50 €

Flute 400 gr 1.75 €

Pain de campagne 2.5 €

Miche 0.50 €

Pain complet 2.50 €

MENUS

Semaine du 12 au 18 Octobre

LUNDI 12

MENU A

Rilette de sardines
Curry d'agneau
Riz
Fromage blanc à la
crème
Pâtisserie

ou

MENU B

Terrine de légumes
Poisson pané
Riz
Fromage
Pâtisserie

MARDI 13

MENU A

*Semaine du goût
menu découverte
laissez vous
surprendre*

ou

MENU K

Pâté en croûte
Cordon bleu
Purée "mousseline"
Fromage
Compote de pommes

ou

**MENU
d'automne**

Pâté en croûte
Escalope de dinde
panée
Poêlée de légumes
Eclair vanille

MERCREDI 14

MENU A

Salade verte
Poisson à la provençale
Épinards
Comté
Pâtisserie

ou

MENU K

Oeuf mayonnase
Spaghetti au poulet
citron parmesan
Yaourt nature
Mousse au citron

ou

**MENU
d'automne**

Oeuf mayonnase
Gigot d'agneau sauce
crème à l'ail
Flageolets fondants
Compote pomme-poire

JEUDI 15

MENU A

*Semaine du goût
menu découverte
laissez vous
surprendre*

ou

MENU K

Carottes râpées
vinaigrette
Mijoté de veau aux
champignons
Boullgour pilaf
Fromage
Fruit de saison

ou

**MENU
d'automne**

Carottes râpées
vinaigrette
Steack haché du
boucher grillé
Pommes de terre
au four
Crème caramel



**NOUVEAU
LES MENUS
D'AUTOMNE
(4 composantes)**

POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Mousseline de légumes
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Gratin de chou-fleur
Fromage
Crème de marron

Potage

REPAS

Crique de pomme de
terre
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Tajine de légumes et
semoule
Fromage
Liégeois chocolat

MENUS

Semaine du 12 au 18 Octobre

VENDREDI 16

MENU A

Céleri rémoulade
Pilon de poulet
Purée
Brie
Flan nappé caramel

ou

MENU K

Salade de torti
Filet de Lieu crème de
lentilles carottes rôties
Yaourt aux fruits
Cake

ou

MENU d'automne

Salade de torti
Gratin de macaroni
au jambon
Salade de fruits frais

SAMEDI 17

MENU A

*Semaine du goût
menu découverte
laissez vous
surprendre*

ou

MENU K

Achard de légumes
créoles
Rougail saucisse
Riz créole
Fromage
Tarte coco

ou

MENU d'automne

Achard de légumes
créoles
Dos de cabillaud
vapeur
Gratin de courge au
comté
Muffin au chocolat

DIMANCHE 18

MENU A

Macédoine de légumes
Chipolatas
Endives meunières
Fromage
Riz au lait

ou

MENU K

Rosette
Gigot d'agneau sauce
crème à l'ail
Flageolets fondants
Fromage blanc
Fruit de saison

ou

MENU d'automne

Rosette
Poulet grillé aux
poivrons
Pommes Dauhpine
Paris Brest

POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Lasagnes de légumes
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Tarte thon tomate
Fromage
Mousse au café

Potage

REPAS

Purée de pois cassés
Fromage
Cocktail de fruits

Faites nous part de vos envies

Chaque mois noter ici
les menus que vous
souhaiteriez manger et
retrouvez les dans le
catalogue du mois
suivant !

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Vous avez votre mot à dire.

MENUS

Semaine du 19 au 25 Octobre

LUNDI 19

MENU A

Mousse de canard
Rôti de dinde
Gratin dauphinois
Fromage blanc à la
crème
Pâtisserie

ou

MENU B

Salade verte
Moules marinières
Rostis
Fromage
Pâtisserie



NOUVEAU
LES MENUS
D'AUTOMNE
(4 composantes)

MARDI 20

MENU A

Haricots verts en salade
Sauté de poulet au curry
Riz créole
Chavroux
Fruit de saison

ou

MENU K

Mousse de foie
forestière
Poisson pané
Gratin de chou-fleur au
curcuma
Fromage
Compote de fruits

ou

MENU
d'automne

Mousse de foie
Escalope de dinde
panée
Poêlée de légumes
Eclair vanille

MERCREDI 21

MENU A

Salade de lentilles
cervelas
Poisson sauce tomate
Julienne de légumes
Edam
Tarte aux pommes

ou

MENU K

Betterave vinaigrette
Pâtes au poulet
crème & vin blanc
Yaourt nature
Crème praliné

ou

MENU
d'automne

Betterave vinaigrette
Gigot d'agneau sauce
crème à l'ail
Flageolets fondants
Compote pomme-poire

JEUDI 22

MENU A

Terrine de poisson
Rôti de porc à la
dijonnaise
Pommes de terre sautées
Brie
Cocktail de fruits

ou

MENU K

Terrine de légumes
Joue de boeuf braisé au
cidre
Carottes & coquillettes
Fromage
fruit de saison

ou

MENU
d'automne

Terrine de légumes
Steack haché du
boucher grillé
Pommes de terre
au four
Crème caramel

**Vous l'aviez
demandé
on l'a fait**

POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Haricots plats et jambon
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Poêlée lyonnaise
Fromage
Gateau de semoule

Potage

REPAS

Hachis parmentier
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Poêlée de légumes
Fromage
Yaourt à la vanille

MENUS

Semaine du 19 au 25 Octobre

VENDREDI 23

MENU A

Carottes râpées
Boulette de bœuf
Gratin dauphinois
Crème de gruyère
Flan nappé caramel

OU

MENU K

Salade de choux blanc
pommes raisins
Mijoté de poisson au
curry & lait de coco
Pommes vapeur
Yaourt aux fruits
Eclair au chocolat

OU

MENU d'automne

Salade de choux blanc
pommes raisins
Gratin de macaroni
au jambon
Salade de fruits frais

SAMEDI 24

MENU A

Macédoine
Lasagnes au saumon
Tartare
Fruit de saison

OU

MENU K

Concombre à la
coriandre
P'tit poulet à l'indienne
Riz
Fromage
Compote de pomme à
l'indienne

OU

MENU d'automne

Concombre à la
coriandre
Dos de cabillaud
vapeur
Gratin de courge au
comté
Muffin au chocolat

DIMANCHE 25

MENU A

Salade d'agrumes
Blanquette de veau
Pâtes
Fromage
Pomme aux noix

OU

MENU K

Jambon du
pays
Risotto crémeux au
champignons
Fromage blanc
Fruit de saison

OU

MENU d'automne

Jambon du
pays
Poulet grillé aux
poivrons
Pommes Dauphine
Paris Brest

POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Tarte aux poireaux
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Pommes de terre
farcies
Fromage
Bigarreaux

Potage

REPAS

Poêlée chinoise aux
dès de jambon
Fromage
Mousse au chocolat

Les petits plus...



Assiette anglaise : 5.00 €

Terrine : 2.70 €

les tartes salés

Quiche du jour : 3.50 €

pizza du chef : 3.50 €

croque monsieur: 3.50 €



Cuisse de poulet rôti : 2.00 €

les pâtisseries : 2.20 €

Compote de pomme 0.80 €

Corbeille de fruits 10 €

Plateau de fromages 12 €

Baguette 200gr 1.50 €

Flute 400 gr 1.75 €

Pain de campagne 2.5 €

Miche 0.50 €

Pain complet 2.50 €

MENUS

Semaine du 26 Octobre au 1 Novembre

LUNDI 26

MENU A

Terrine de campagne
Rôti de bœuf au jus
Purée d'artichauts
Fromage blanc à la
crème
Pâtisserie

ou

MENU B

Terrine de poisson
Poisson bordelaise
Pôlée chinoise
Fromage blanc
Pâtisserie



NOUVEAU
LES MENUS
D'AUTOMNE
(4 composantes)

MARDI 27

MENU A

Salade de pâtes
Veau aux olives
Haricots verts
Yaourt nature
Fruit de saison

ou

MENU K

Terrine de poisson
Boulettes de Boeuf
Mijoté de haricots
rouges à la patate
douce
Fromage
Compote de fruits

ou

MENU
d'automne

Terrine de poisson
Escalope de dinde
panée
Poêlée de légumes
Eclair vanille

MERCREDI 28

MENU A

Betteraves vinaigrette
Filet de poisson
Épinards à la crème
Mimolette
Riz au lait

ou

MENU K

Salade verte
Gratin de pâtes au
poulet & bleu de
Bresse
Yaourt nature
Mousse au citron

ou

MENU
d'automne

Salade verte
Gigot d'agneau sauce
crème à l'ail
Flageolets fondants
Compote pomme-poire

JEUDI 29

MENU A

Salade de choux
Poulet rôti
Pennes
St Paulin
Poire au chocolat

ou

MENU K

Tarte aux poireaux
Parmentier de canard
Fromage
Fruit de saison

ou

MENU
d'automne

Tarte aux poireaux
Steack haché du
boucher grillé
Pommes de terre
au four
Crème caramel

POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Feuilleté de poisson
Fromage
Fruit de saison

Potage

REPAS

Endives au jambon
Fromage
Fromage blanc et
coulis fruits rouges

Potage

REPAS

Quiche au thon
Bleu
Fruit de saison

Potage

REPAS

Poêlée de légumes
aux lardons
Fromage
Crème dessert café

MENUS

Semaine du 26 Octobre au 1 Novembre

VENDREDI 30

MENU A

Mousse de carottes
Chili con carne
Fromage blanc aux
fruits
Compote

OU

MENU K

Salade de lentilles
Filet de Colin
sauce safranée
champignon
Riz
Yaourt aux fruits
Cookie

OU

MENU d'automne

Salade de lentilles
Gratin de macaroni
au jambon
Salade de fruits frais

SAMEDI 31

MENU A

Céleri rémoulade
Escalope de poulet
sauce tomate
Purée de pomme de
terre
Tartare
Fruit de saison

OU

MENU K

Salade de riz
Colombo de porc
aux légumes
Fromage
Tarte coco

OU

MENU d'automne

Salade de riz
Dos de cabillaud
vapeur
Gratin de courge au
comté
Muffin au chocolat

DIMANCHE 1

MENU A

Poireaux vinaigrette
Sauté de porc en sauce
Petits pois
Emmental
Cake aux fruits confits

OU

MENU K

Carottes râpées
Palette de porc au jus
relevé aux épices
Ecrasé de pommes de
terre
Fromage blanc
Fruit de saison

OU

MENU d'automne

Carottes râpées
Poulet grillé aux
poivrons
Pommes Dauphine
Paris Brest

Les petits plus...



Assiette anglaise : 5.00 €

Terrine : 2.70 €

les tartes salés

Quiche du jour : 3.50 €

pizza du chef : 3.50 €

croque monsieur: 3.50 €



Cuisse de poulet rôti : 2.00 €

les pâtisseries : 2.20 €

Compote de pomme 0.80 €

Corbeille de fruits 10 €

Plateau de fromages 12 €

Baguette 200gr 1.50 €

Flute 400 gr 1.75 €

Pain de campagne 2.5 €

Miche 0.50 €

Pain complet 2.50 €

POUR LE SOIR

Potage

REPAS

Flan de navets
Fromage
Crème aux œufs

Potage

REPAS

Spaghettis
bolognaise
Fromage
Ananas au sirop

Potage

REPAS

Galette de pommes
de terre au cabillaud
Fromage
Cocktail de fruits



mandarine



**Contacter
Nadège au :**

07 88 51 83 41
04 74 34 71 19

**Mandarine-services
150 allée des acacias
01150 Saint Vulbas**

E-mail : repas@mandarine-services.fr

www.mandarine-services.fr