

# Le Menu du Mois de Janvier 2026

LUNDI

Du 05 au 09 janvier 2026

Salade coleslaw  
Filet de lieu sauce curry  
Sémoule  
Régal des moines   
Compote de poire

Du 12 au 16 janvier 2026

Salade carmen  
Quenelles natures à l'estragon   
Julienne de légumes  
Petit louis  
Clémentine

Du 19 au 23 janvier 2026

Carottes râpées à l'échalote  
Galette de pois et blé  
Choux-fleurs à l'aurore   
Gouda  
Beignet à la framboise

Du 26 au 30 janvier 2026

Macédoine à la mayonnaise   
Filet de merlu sauce portugaise  
Macaronis  
Petit suisse aux fruits   
Pommes des Vosges

MARDI

Epiphanie

Khira raïta de concombres  
Escalope pané végétal  
Haricots verts au jus   
Carré de l'Est  
Galette des rois

Salade de choux blancs   
Filet de merlu sauce navarin  
Pommes de terre frites  
Brie  
Pêche au sirop

Salade de pennes au basilic   
Timbale au fromage  
Courgettes persillées   
Yaourt nature  
Poire

Céleri cocktail  
Riz cantonnais  
-  
Bûche pilat  
Crème dessert au caramel

MERCREDI

 Salade de pommes de terre  
Pavé de hoki au citron confit  
Courgettes à la béchamel  
Carré fondu   
Orange

 Potage de légumes verts  
Torsades au thon et tomate   
-  
Edam   
Pot de crème au chocolat

Betteraves voronoff   
Sticks de mozzarella panés  
Mélange de haricots plats  
et flageolets   
Tomme noire  
Banane

Taboulé de blé  
Omelette aux fines herbes  
Epinards hachés à la crème   
Camembert Val de Saône  
Fromage blanc aux fruits

JEUDI

Végétarien

Potage de légumes   
Coquillettes à la bolognaise de lentilles  
-  
Camembert cœur de lion  
Crème dessert à la vanille

Œuf dur à la mayonnaise  
Nems de légumes  
Epinards hachés à la béchamel   
Fromage frais au coulis de fraise  
de St Bresson   
Pomme golden

 Salade verte  
Filet de lieu poché au citron  
Pommes de terre vapeur  
Fromage à raclette  
Flan au chocolat

Terrine de légumes à la mayonnaise  
Nuggets de poisson  
Purée crecy  
Croc'lait  
Clémentine

VENDREDI

Médaillon de surimi et mayonnaise   
Croc fromage végétal  
Printanière de légumes au jus  
Petit suisse sucré   
Banane

Céleri rémoulade  
Falafels au coulis de tomate  
Petits pois carottes persillés  
Roussot   
Flan nappé

Salade de concombres  
Dos de colin sauce rougail   
 Pilaf de riz  
 Cancoillotte   
Compote de pomme abricot

 Soupe de potiron   
Pizza au fromage   
 Salade verte  
Emmental  
Gâteau moelleux à l'ananas 



Recette du Chef



Agriculture Raisonnée



Haute Valeur Environnementale



Certification Environnementale de niveau 2



Produit local



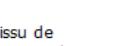
Nouvelle recette



Label Bleu



Label Rouge



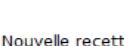
Label Bleu



Indication Géographique Protégée



Pêche durable



Viande française



Produit issu de l'Agriculture Biologique

\*Plat contenant du porc - Variante sans porc

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine Estredia propose des repas exempts des 14 allergènes réglementaires qui s'intègrent dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci de contacter votre chargée de clientèle pour en bénéficier.

Nos menus sont élaborés par des diététiciennes diplômées d'Etat. Ils peuvent exceptionnellement subir des modifications.