



LUNDI

MARDI

JEUDI

VENDREDI

HORS D'ŒUVRE

PLAT CHAUD  
ET GARNITURES

DESSERT



La proposition de menu équilibré !

Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français 30/04/2024

Produits locaux

- \*Pain : "La Boulange" à Carnac
- \*Œufs : "Ty t'Œuf Bio" à Kervignac
- \*Porc - Bœuf - Saucisserie : Boucherie Kervarrec à Naizin
- \*Fromage et produits laitiers : "Le P'tit Fermier de Kervihan" à Locoal-Mendon

Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine



Produit de saison

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



Produit issu de l'agriculture biologique

\*Pain bio

LE CHEF  
ET SON ÉQUIPE  
VOUS SOUHAITENT  
UN BON APPÉTIT !



Retrouvez l'ensemble des menus sur :

[www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)

Code à saisir : MCO9800

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Betteraves (SIQO) vinaigrette Salade de p. de terre, jambon, dés de Mimolette Pomelo	Salade de pâtes à l'indienne (poulet et curry) Pastèque Rosette et cornichons	Melon Cervelas vinaigrette Quiche au fromage	Œuf à la mayonnaise Mousse d'avocat & chips tortillas Salade verte, tomates et fromage
PLAT CHAUD ET GARNITURES	Sauté de porc à la Normande (crème, oignons, cidre) Steak haché Coquillettes/duo de carottes	Poisson Meunière Cassolette de poisson Riz (bio)/haricots beurre	Saucisse grillée (La Touche) sauce aux oignons Haut de cuisse de poulet rôti Blé Pilaf (bio)/petits pois	Curry de légumes et pois chiches Basquaise de légumes Semoule aux épices
DESSERT	Crème dessert à la vanille Mousse au chocolat Fruit frais	Fruit frais Crème fermière Flan nappé au caramel	Gâteau moelleux aux pépites de chocolat Tartelette aux fruits Fruit frais	Fruit frais Cocktail de fruits Compote

La proposition de menu équilibré !

Betteraves (SIQO) vinaigrette Sauté de porc à la Normande (crème, oignons, cidre) Coquillettes/duo de carottes Crème dessert à la vanille	Salade de pâtes à l'indienne (poulet et curry) Poisson Meunière Riz (bio)/haricots beurre Flan nappé au caramel	Melon Saucisse grillée (La Touche) sauce aux oignons Blé Pilaf (bio)/petits pois Gâteau moelleux aux pépites de chocolat	Œuf à la mayonnaise Curry de légumes et pois chiches Semoule aux épices Fruit frais
--	--	---	--

**Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français 30/04/2024**

**Produits locaux**

- \*Pain : "La Boulange" à Carnac
- \*Œufs : "Ty t'Œuf Bio" à Kervignac
- \*Porc - Bœuf - Saucisserie : Boucherie Kervarrec à Naizin
- \*Fromage et produits laitiers : "Le P'tit Fermier de Kervihan" à Loccoal-Mendon

**Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine**



**Produit de saison**

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



**Produit issu de l'agriculture biologique**

\*Pain bio

**LE CHEF  
ET SON ÉQUIPE  
VOUS SOUHAITENT  
UN BON APPÉTIT !**



Retrouvez l'ensemble des menus sur :

[www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)

Code à saisir : MCO9800

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Carottes râpées sauce au curry doux Macédoine de légumes Bruschetta	Friand au fromage Assiette Nordique Salade verte, tomates et fromage	Pastèque Salade aux lardons Duo de saucisson	Pâté de campagne Taboulé Concombre à la menthe
PLAT CHAUD ET GARNITURES	Chili végétarien Omelette aux herbes Riz (bio)/légumes du chili	Cordon bleu et ketchup Poulet rôti Duo de haricots (SIQO et bio)/frites	Poisson du jour sauce beurre blanc Bouillabaise de poisson Semoule/courgettes sautées	Pennes sauce bolognaise Pennes sauce carbonara Salade verte
DESSERT	Yaourt aromatisé aux fruits Crème au chocolat Fruit frais	Fruit frais Cocktail de fruits frais Poire au chocolat	Gâteau aux pommes (HVE) Tiramisu aux fruits rouges Fruit frais	Fruit frais Cocktail de fruits frais Compote de pommes et Spéculoos



La proposition de menu équilibré !

Carottes râpées sauce au curry doux	Friand au fromage	Pastèque	Pâté de campagne
Chili végétarien	Cordon bleu et ketchup	Poisson du jour sauce beurre blanc	Pennes sauce bolognaise
Riz (bio)/légumes du chili	Duo de haricots (SIQO et bio)/frites	Semoule/courgettes sautées	Salade verte
Yaourt aromatisé aux fruits	Poire au chocolat	Gâteau aux pommes (HVE)	Fruit frais

**Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français 30/04/2024**

**Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine**



**Produit de saison**

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



**Produit issu de l'agriculture biologique**

\*Pain bio

**LE CHEF  
ET SON ÉQUIPE  
VOUS SOUHAITENT  
UN BON APPÉTIT !**



Retrouvez l'ensemble des menus sur :

**[www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)**

Code à saisir : MCO9800

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Tomates vinaigrette  Céleri aux pommes  Toast provençal	Tortis trois couleurs, jambon et fromage Riz à la mexicaine Concombre 	Melon  Salade, croûtons & fromage  Wraps de crudités 	Œuf sauce Cocktail Betteraves à la vinaigrette Houmous et tortilla
PLAT CHAUD ET GARNITURES	Emincé de poulet à la Marocaine (ail, coriandre, cumin, safran, oignons et poivrons) Dos de colin aux herbes Semoule aux épices (bio)/légumes du couscous 	Brandade de poisson Calamars à la Romaine Epinards à la crème Purée	Effiloché de porc (La Touche) sauce barbecue Brochette de dinde au lait de coco Brocolis/blé Pilaf (bio) 	Riz sauté aux petits pois, oignons et œuf  Sauté végétarien Basquaise  Riz/petits pois (SIOO et bio)
DESSERT	Crème dessert à la vanille Flan nappé au caramel Fruit frais 	Fruit frais (SIOO)   Mousse au chocolat Compote	Marbré au chocolat Rocher à la noix de coco Fruit frais 	Fruit frais  Smoothie aux fruits Cocktail de fruits
	Tomates vinaigrette Emincé de poulet à la Marocaine (ail, coriandre, cumin, safran, oignons et poivrons) Semoule aux épices (bio)/légumes du couscous Crème dessert à la vanille	Tortis trois couleurs, jambon et fromage Brandade de poisson Epinards à la crème Compote	Melon Effiloché de porc (La Touche) sauce barbecue Brocolis/blé Pilaf (bio) Marbré au chocolat	Œuf sauce Cocktail Riz sauté aux petits pois, oignons et œuf Riz/petits pois (SIOO et bio) Fruit frais

La proposition de menu équilibré !

**Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine**



**Produit de saison**

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



**Produit issu de l'agriculture biologique**

\*Pain bio

**LE CHEF  
ET SON ÉQUIPE  
VOUS SOUHAITENT  
UN BON APPÉTIT !**



Retrouvez l'ensemble des menus sur :

[www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)

Code à saisir : MCO9800

**Bœuf, Porc, Volaille et Dinde en muscles entiers et bruts sont 100% Français 30/04/2024**

**Produits locaux**

\*Pain : "La Boulange" à Carnac

\*Œufs : "Ty t'Œuf Bio" à Kervignac

\*Porc - Bœuf - Saucisserie : Boucherie Kervarrec à Naizin

\*Fromage et produits laitiers : "Le P'tit Fermier de Kervihan" à Local-Mendon



	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Carottes râpées au fromage blanc Duo de saucisson et cornichons Pâté de campagne	Salade de p. de terre au fromage, maïs et tomates Concombre à la crème Pastèque	Macédoine Salade César Toast au fromage de chèvre et chorizo	Rillettes de poisson Quiche aux légumes Pomelo
PLAT CHAUD ET GARNITURES	Paupiette de dinde Chipolatas Julienne de légumes/pommes de terre rôties	Tortis sauce bolognaise végétarienne Omelette au fromage Salade verte HVE	Poisson Meunière Poisson du jour Boulgour (bio)/carottes	Jambon grillé Steak haché sauce Madère Chou-fleur (HVE et Bio)/riz
DESSERT	Yaourt à la vanille de la Laiterie de Kerguillet Mousse au praliné Fruit frais	Compote Ile fitottante et crème Anglaise Fruit frais	Donut au sucre Panna cotta à la vanille Fruit frais	Fruit frais Poire façon Belle Hélène Cocktail de fruits
	Carottes râpées au fromage blanc Paupiette de dinde Julienne de légumes/pommes de terre rôties Yaourt à la vanille de la Laiterie de Kerguillet	Salade de p. de terre au fromage, maïs et tomates Tortis sauce bolognaise végétarienne Salade verte HVE Fruit frais	Macédoine Poisson Meunière Boulgour (bio)/carottes Donut au sucre	Rillettes de poisson Jambon grillé Chou-fleur (HVE et Bio)/riz Fruit frais

La proposition de menu équilibré !

**Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine**



**Produit de saison**

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



**Produit issu de l'agriculture biologique**

\*Pain bio

**LE CHEF  
ET SON ÉQUIPE  
VOUS SOUHAITENT  
UN BON APPÉTIT !**



Retrouvez l'ensemble des menus sur :

[www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)

Code à saisir : MCO9800

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
HORS D'ŒUVRE	Salade de betteraves (SIQO) aux pommes Club sandwich Tomates et mozzarella	Crêpe au fromage Champignons à la grecque Saucisson sec	Salade, Edam et Gouda Wrap Monsieur Coleslaw	Pâté Forestier (SIQO) Pomelo Œuf mayonnaise
PLAT CHAUD ET GARNITURES	Cordon bleu sauce ketchup Haut de cuisse de poulet rôti Haricots beurre/pommes de terre rissolées	Couscous végétarien Boulettes de soja, tomates et basilic Semoule (bio) aux légumes/légumes du couscous	Saucisse grillée (La Touche) sauce aux oignons Lieu rôti aux herbes Courgettes sautées/pennes	Mijoté de poisson façon Basquaise Cassolette de poisson Purée/légumes sauce Basquaise
DESSERT	Chocolat liégeois Flan nappé au caramel Fruit frais	Fruit frais Banane au chocolat Crème dessert à la vanille	Riz au lait (bio) de la Laiterie de kerguillet Biscuit roulé à la framboise Fruit frais	Fruit frais Fromage blanc aux fruits rouges Cocktail de fruits
	Salade de betteraves (SIQO) aux pommes Cordon bleu sauce ketchup Haricots beurre/pommes de terre rissolées Chocolat liégeois	Crêpe au fromage Couscous végétarien Semoule (bio) aux légumes/légumes du couscous Crème dessert à la vanille	Salade, Edam et Gouda Saucisse grillée (La Touche) sauce aux oignons Courgettes sautées/pennes Riz au lait (bio) de la Laiterie de kerguillet	Pâté Forestier (SIQO) Mijoté de poisson façon Basquaise Purée/légumes sauce Basquaise Fruit frais

La proposition de menu équilibré !

**Les plats proposés sont majoritairement préparés dans notre cuisine**



**Produit de saison**

Tout ou partie de ce plat est composé d'ingrédients crus de saison



**Produit issu de l'agriculture biologique**

\*Pain bio

**LE CHEF  
ET SON ÉQUIPE  
VOUS SOUHAITENT  
UN BON APPÉTIT !**



Retrouvez l'ensemble des menus sur :

[www.clicetmiam.fr](http://www.clicetmiam.fr)

Code à saisir : MCO9800