

# EHPAD SOPHIA LA CAPITELLE

## Semaine du 26 août au 1 septembre 2019

MIDI	Collation	SOIR
<b>LUNDI - 26</b>		
SALADE DE LENTILLES AUX OIGNONS CHIPOLATAS GRILLEE RATATOUILLE PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES NORMANDIN DE VEAU AU JUS COQUILLETES PLATEAU DE FROMAGES MOUSSE AU CITRON
<b>MARDI - 27</b>		
TABOULE POULET ROTI SAUCE AU THYM COURGETTES BRAISEES PLATEAU DE FROMAGES PANNA COTTA AU COULIS DE FRUITS ROUGES	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES CROISSANT AU JAMBON SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES POIRE AU SIROP
<b>MERCREDI - 28</b>		
MENU DU RESIDENT	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES SALADE DE RIZ-HARICOTS VERTS-THON-TOMATES-MAIS ***** PLATEAU DE FROMAGES LIEGEOIS VANILLE
<b>JEUDI - 29</b>		
CONCOMBRES A LA BULGARE BOULES D'AGNEAU PUREE-LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES GNOCCHIS GRATINES A LA FORESTIERE PLATEAU DE FROMAGES YAOURT NATURE
<b>VENDREDI - 30</b>		
BETTERAVES VINAIGRETTE SAUMON SAUCE ANETH SEMOULE-FONDUE DE POIREAUX PLATEAU DE FROMAGES GLACE	GOUTER	BOUILLON VERMICELLES GRATIN D'ŒUFS DURS A LA FLORENTINE ***** PLATEAU DE FROMAGES COMPOTE DE FRUITS
<b>SAMEDI - 31</b>		
MACEDOINE TOMATES FARCIES FARFALLES PLATEAU DE FROMAGES SALADE DE FRUITS ACAPULCO	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES QUENELLES GRATINEES BRUNOISE DE LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES FLAN AU CARAMEL
<b>DIMANCHE - 01</b>		
PATE EN CROUTE & CORNICHONS VEAU MARENGO POMMES DE TERRE-CAROTTES BRAISEES PLATEAU DE FROMAGES CROISSANT ABRICOTS	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES FEUILLETE AU POISSON SALADE COMPOSEE PLATEAU DE FROMAGES FROMAGE BLANC AROMATISE

**Bon Appétit**

MENUS ETABLIS SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT

# EHPAD SOPHIA LA CAPITELLE

## Semaine du 02 septembre au 8 septembre 2019

MIDI	Collation	SOIR
<b>LUNDI - 02</b>		
POIS CHICHES AU CUMIN ECHINE DE PORC A LA DIJONNAISE POEELE DE NAVETS & CELERIS PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES JAMBON DE VOLAILLE MACARONIS PLATEAU DE FROMAGES ENTREMET FRAMBOISE
<b>MARDI - 03</b>		
TOMATES A LA MOZZARELLA STEAK HACHE SAUCE AU BLEU FRITES-COURGETTES SAUTEES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES MEDAILLON DE MERLU AU CURRY RIZ AUX PETITS LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES MOUSSE AU CHOCOLAT
<b>MERCREDI - 04</b>		
MELON ESCALOPE DE DINDE A LA CREME POLENTA-FRICASSEE DE CHAMPIGNONS PLATEAU DE FROMAGES PATISSIERE AUX FRUITS	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES CAKE JAMBON-FROMAGE SALADE COMPOSEE PLATEAU DE FROMAGES COMPOTE DE FRUITS
<b>JEUDI - 05</b>		
RADIS RAPES BOUDIN NOIR AUX POMMES PUREE DE POMMES DE TERRE PLATEAU DE FROMAGES COCKTAIL MULTIFRUITS	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES LASAGNES CHEVRE-EPINARDS ***** PLATEAU DE FROMAGES YAOURT NATURE
<b>VENDREDI - 06</b>		
HARICOTS VERTS VINAIGRETTE SEICHE A LA SETOISE RIZ PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES GRATIN D'AUBERGINES & PDT AU BŒUF ***** PLATEAU DE FROMAGES GELIFIE VANILLE
<b>SAMEDI - 07</b>		
COURGETTES RAPEES PAUPIETTE DE VEAU AUX OLIVES FARFALLES-POEELE DE LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES SALADE LENTILLES-TOMATES-CŒUFS DURS ***** PLATEAU DE FROMAGES PETITS SUISSES
<b>DIMANCHE - 08</b>		
CŒURS DE PALMIERS-DES FROMAGE-MAIS RAGOUT DE MOUTON POMMES GRENAILLES-CAROTTES PLATEAU DE FROMAGES LIEGEOIS GLACE	GOUTER	MINISTRONE TOURTE POULET-POIREAUX SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES YAOURT AROMATISE

**Bon Appétit**

MENUS ETABLIS SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT

# EHPAD SOPHIA LA CAPITELLE

## Semaine du 09 septembre au 15 septembre 2019

MIDI	Collation	SOIR
<b>LUNDI - 09</b>		
<p>CONCOMBRES A LA MENTHE            JOUE DE PORC A LA CREME D'AIL            POEELE CAMPAGNARDE            PLATEAU DE FROMAGES            FRUIT DE SAISON</p>	<p>GOUTER</p>	<p>POTAGE DE LEGUMES            SAUCISSE DE VOLAILLE            PUREE DE POIS CASSES            PLATEAU DE FROMAGES            FROMAGE BLANC</p>
<b>MARDI - 10</b>		
<p>TAPENADE NICOISE &amp; SON TOAST GRILLE            CUISSE DE POULET AUX HERBES DE PROVENCE            TIAN DE LEGUMES &amp; PDT            PLATEAU DE FROMAGES            TROPEZIENNE</p>		<p>POTAGE DE LEGUMES            OMELETTE GRATINEE            SALADE VERTE            PLATEAU DE FROMAGES            FRUIT DE SAISON</p>
<b>MERCREDI - 11</b>		
<p>CAROTTES RAPEES            TAGLIATELLES SAUMON-POIREAUX            *****            PLATEAU DE FROMAGES            FRUIT DE SAISON</p>	<p>GOUTER</p>	<p>POTAGE DE LEGUMES            GRATIN DE BLETTES &amp; PDT            AUX LARDONS            PLATEAU DE FROMAGES            CREME PRALINEE</p>
<b>JEUDI - 12</b>		
<p>DES DE PASTIQUE A LA FETA            COURGETTE FARCIE            RIZ CREOLE            PLATEAU DE FROMAGES            GLACE</p>	<p>GOUTER</p>	<p>BOUILLON DE VERMICELLES            QUICHE AUX LEGUMES            SALADE VERTE            PLATEAU DE FROMAGES            FRUIT DE SAISON</p>
<b> VENDREDI - 13</b>		
<p>TOMATES AU BASILIC            PARMENTIER DE POISSON            AUX PETITS LEGUMES            PLATEAU DE FROMAGES            SALADE DE FRUITS</p>	<p>GOUTER</p>	<p>MINISTRONE            CORDON BLEU            HARICOTS VERTS PERSILLES            PLATEAU DE FROMAGES            YAOURT NATURE</p>
<b>SAMEDI - 14</b>		
<p>CELERI AUX POMMES            BOULES DE VEAU SAUCE FORESTIERE            SEMOULE-LEGUMES DU SOLEIL            PLATEAU DE FROMAGES            MOUSSE AU CAFE</p>	<p>GOUTER</p>	<p>POTAGE DE LEGUMES            JAMBON            TORSADES            PLATEAU DE FROMAGES            COMPOTE DE FRUITS</p>
<b>DIMANCHE - 15</b>		
<p>ROULADE AUX PISTACHES            GARDIANNE DE TAUREAU            RAGOUT DE LEGUMES &amp; PDT            PLATEAU DE FROMAGES            BAVAROIS AUX FRUITS ROUGES</p>	<p>GOUTER</p>	<p>POTAGE DE LEGUMES            CREPE AU FROMAGE            SALADE COMPOSEE            PLATEAU DE FROMAGES            YAOURT AROMATISE</p>

**Bon Appétit**

MENUS ETABLIS SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT

# EHPAD SOPHIA LA CAPITELLE

## Semaine du 16 septembre au 22 septembre 2019

MIDI	Collation	SOIR
<b>LUNDI - 16</b>		
GASPACHO DE CONCOMBRES ROTI DE DINDE SAUCE ECHALOTE COUDES-RATATOUILLE PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES PIZZA AUX FROMAGES SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES PETITS FILOUS
<b>MARDI - 17</b>		
MOUSSE DE BETTERAVES AU FROMAGE FRAIS LANGUE DE BŒUF SAUCE PIQUANTE PUREE DE POMMES DE TERRE-CAROTTES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	BOUILLON DE VERMICELLES GRATIN D'ARTICHAUTS-CHEVRE-LARDONS ***** PLATEAU DE FROMAGES MOUSSE CREME BRULEE
<b>MERCREDI - 18</b>		
TOMATES-MAIS-OLIVES COUSCOUS (POULET-MERGUEZ) SEMOULE - LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES FILET DE COLIN SAUCE VIERGE RIZ PILAF PLATEAU DE FROMAGES FLAN CHOCOLAT
<b>JEUDI - 19</b>		
POIREAUX VINAIGRETTE MIJOTE DE PORC A LA CEVENOLE CAROTTES-MARRONS-CHAMPIGNONS-PDT PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	 <i>Sauveurs d'automne</i>	POTAGE DE LEGUMES TARTE THON-TOMATES SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES FROMAGE BLANC AU MIEL
<b>VENDREDI - 20</b>		
CHOU RAPE SAUMONETTE SAUCE OSEILLE RIZ-HARICOTS VERTS PLATEAU DE FROMAGES CRUMBLE AUX POMMES	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES JAMBON PUREE DE POTIRON & PDT PLATEAU DE FROMAGES CREME VANILLE
<b>SAMEDI - 21</b>		
CŒURS PALMIERS-AVOCAT-SURIMI RISSOLETTE DE VEAU TORTIS - DUXELLE DE CHAMPIGNONS PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	BOUILLON DE VERMICELLES SAUCISSE DE VOLAILLE ENDIVES BRAISEES PLATEAU DE FROMAGES YAOURT NATURE
<b>DIMANCHE - 22</b>		
ŒUF DUR MAYONNAISE ROTI DE BŒUF SAUCE AU POIVRE POMMES RÖSTIS -COURGETTES PLATEAU DE FROMAGES GLACE	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES COQUILLE DE POISSON PETITS POIS / CAROTTES PLATEAU DE FROMAGES COMPOTE DE FRUITS

**Bon Appétit**

MENUS ETABLIS SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT

# EHPAD SOPHIA LA CAPITELLE

## Semaine du 23 septembre au 29 septembre 2019

MIDI	Collation	SOIR
<b>LUNDI - 23</b>		
MACEDOINE DE LEGUMES JAMBON BRAISE SAUCE BARBECUE FARFALLES - FONDUE D'AUBERGINES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES OMELETTE AUX POMMES DE TERRE TOMBEE D'EPINARDS PLATEAU DE FROMAGES LIEGEOIS CAFE
<b>MARDI - 24</b>		
TABOULE FILET DE DINDE CITRON/MIEL GRATIN DE BLETTES PLATEAU DE FROMAGES CLAFOUTIS AUX FRUITS	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES QUICHE LORRAINE SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES YAOURT AROMATISE
<b>MERCREDI - 25</b>		
"LE MENU DU RESIDENT"	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES BOUDIN BLANC PUREE DE CAROTTES & PDT PLATEAU DE FROMAGES FROMAGE BLANC ARDECHOIS
<b>JEUDI - 26</b>		
CAROTTES RAPEES CHILI CON CARNE RIZ A LA TOMATE PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	BOUILLON DE VERMICELLES NORMANDIN DE VEAU AU JUS PANACHE DE HARICOTS PLATEAU DE FROMAGES FLAN VANILLE
<b>VENDREDI - 27</b>		
CONCOMBRES VINAIGRETTE FILET MEUNIERE & CITRON BOULGOUR AUX PETITS LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES POMME CUITE A LA CANELLE	GOUTER	MINISTRONE GRATIN DE POIREAUX AUX DES DE VOLAILLE ***** PLATEAU DE FROMAGES PETITS SUISSES AROMATISES
<b>SAMEDI - 28</b>		
CŒURS DE PALMIERS-MAIS-OLIVES SAUCISSE DE LOZERE GRILLEE RATATOUILLE-PUREE PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES FILET DE HOKI AU CURRY POEELE MARAICHERE PLATEAU DE FROMAGES YAOURT NATURE
<b>DIMANCHE - 29</b>		
PATE DE CAMPAGNE & CORNICHONS SAUTE DE CANARD A L'ORANGE SEMOULE-PETITS LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES MILLEFEUILLE	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES FEUILLETE AU CHEVRE SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES COMPOTE DE FRUITS

**Bon Appétit**

MENUS ETABLIS SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT

# EHPAD SOPHIA LA CAPITELLE

## Semaine du 30 septembre au 6 octobre 2019

MIDI	Collation	SOIR
<b>LUNDI - 30</b>		
MACEDOINE DE LEGUMES STEAK HACHE SAUCE BEARNAISE FRITES-COURGETTES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES PASTA ASCHUTA (PENNES-MERGUEZ-POIVRONS-SAUCE TOMATES) PLATEAU DE FROMAGES MOUSSE FRAMBOISE
<b>MARDI - 01</b>		
CAKE AUX OLIVES POULET SAUCE CHASSEUR FENOUIL BRAISE PLATEAU DE FROMAGES ANANAS AU SIROP	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES SALADE DE POMMES DE TERRE & MUSEAU ***** PLATEAU DE FROMAGES CREME PRALINEE
<b>MERCREDI - 02</b>		
CAROTTES RAPEES RISOTTO FRUITS DE MER & POIREAUX PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES BRUSCHETTAS AUX LEGUMES SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES LIEGEOIS CAFE
<b>JEUDI - 03</b>		
ARTICHAUTS VINAIGRETTE CARBONADE FLAMANDE PDT-ENDIVES BRAISEES PLATEAU DE FROMAGES CLAFOUTIS AUX MIRABELLES	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES ŒUF COCOTTE AUX LEGUMES & SES MOUILLETES PLATEAU DE FROMAGES YAOURT NATURE
<b>VENDREDI - 04</b>		
CREPE AU FROMAGE FILET DE LIEU NOIR SAUCE ANETH TOMBEE DE CHOUX VERTS PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	BOUILLON VERMICELLES POEELE DE HARICOTS VERTS AUX GESIERS PLATEAU DE FROMAGES MOUSSE AU CITRON
<b>SAMEDI - 05</b>		
RADIS RAPE ROTI DE PORC AU JUS PETITS POIS & CAROTTES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES FLAMMEKUECHE SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES YAOURT AROMATISE
<b>DIMANCHE - 06</b>		
MAQUERAUX AU VIN BLANC NAVARRIN D'AGNEAU AUX LEGUMES CONFITS COUDES PLATEAU DE FROMAGES BROWNIES AU CHOCOLAT & SA CREME ANGLAISE	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES JAMBON DE VOLAILLE PUREE DE POTIRON & PDT PLATEAU DE FROMAGES COMPOTE

**Bon Appétit**

MENUS ETABLIS SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT

# EHPAD SOPHIA LA CAPITELLE

## Semaine du 07 octobre au 13 octobre 2019

MIDI	Collation	SOIR
<b>LUNDI - 07</b>		
CHAMPIGNONS VINAIGRETTE PALETTE A LA DIABLE POMMES VAPEUR-POELEE DE LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES COULIBIAC SAUMON-EPINARDS ***** PLATEAU DE FROMAGES PETITS SUISSES AROMATISES
<b>MARDI - 08</b>		
TABOULE FILET DE POULET TAANDORI BROCOLIS BRAISES PLATEAU DE FROMAGES PATISSIERE AUX FRUITS	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES JAMBON COQUILLETES PLATEAU DE FROMAGES YAOURT AUX FRUITS
<b>MERCREDI - 09</b>		
BOUILLON DE VERMICELLES POT AU FEU LEGUMES DU POT & SES POMMES DE TERRE PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES SAUCISSE DE VOLAILLE BOULGOUR AUX PETITS LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES FROMAGE BLANC & CONFITURE
<b>JEUDI - 10</b>		
MOUSSE DE CANARD & CORNICHONS CHOU FARCI RIZ PLATEAU DE FROMAGES SALADE DE FRUITS	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES SALSIFIS AUX LARDONS CREME MOUTARDEE PLATEAU DE FROMAGES YAOURT NATURE
<b>VENDREDI - 11</b>		
TERRINE DE LEGUMES FILET DE MERLU ANTIBOISE SEMOULE & HARICOTS VERTS PLATEAU DE FROMAGES ANANAS AU SIROP	GOUTER	 POTAGE DE LEGUMES <b>TARTE PAILLASSON POIREAUX &amp; PDT</b> SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES FLAN CHOCOLAT
<b>SAMEDI - 12</b>		
SALADE DE POIS CHICHES AU CUMIN PAUPIETTE DE LAPIN AUX OLIVES PUREE DE PANAIS PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES RAVIOLIS AU BŒUF SAUCE TOMATE ***** PLATEAU DE FROMAGES CREME AU CAFE
<b>DIMANCHE - 13</b>		
TOAST CHEVRE CHAUD AU ROMARIN BLANQUETTE DE VEAU RIZ-CAROTTES PLATEAU DE FROMAGES MILLEFEUILLE	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES CHOUX-FLEURS & PDT A LA POLONAISE ***** PLATEAU DE FROMAGES COMPOTE

**Bon Appétit**

MENUS ETABLIS SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT

# EHPAD SOPHIA LA CAPITELLE

Semaine du 14 octobre au 20 octobre 2019

MIDI	Collation	SOIR
<b>LUNDI - 14</b>		
CONCOMBRES-DES BREBIS-OLIVES NOIRES FRICASSEE DE PINTADE CELERIS-NAVETS-PDT BRAISES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES TARTE COURGETTES-CHEVRE ***** PLATEAU DE FROMAGES MOUSSE DE MANGUES
<b>MARDI - 15</b>		
SALADE DE LENTILLES A L'ECHALOTE NORMANDIN DE VEAU AU JUS WOK DE LEGUMES PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	MINISTRONE FLAN DE POTIRON SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES YAOURT NATURE
<b>MERCREDI - 16</b>		
CAROTTES RAPEES SPAGHETTIS A LA BOLOGNAISE ***** PLATEAU DE FROMAGES SALADE DE FRUITS	GOUTER	BOUILLON DE VERMICELLES FILET DE COLIN AU PAPRIKA FONDUE DE POIREAUX PLATEAU DE FROMAGES YAOURT AROMATISE
<b>JEUDI - 17</b>		
CŒURS DE PALMIERS-MAIS-SURIMI CUISSE DE POULET ROTIE SEMOULE-PIPERADE PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES BOULES D'AGNEAU SAUCE TOMATES PUREE PLATEAU DE FROMAGES COMPOTE DE FRUITS
<b>VENDREDI - 18</b>		
EMINCE DE CHOU BLANC AUX RAISINS SECS CABILLAUD AU VIN BLANC RIZ-HARICOTS PLATS PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES BOUCHEE A LA REINE SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES LIEGEOIS CHOCOLAT
<b>SAMEDI - 19</b>		
MACEDOINE DE LEGUMES TRIPES A LA MODE DE CAEN POMMES VAPEUR PLATEAU DE FROMAGES FRUIT DE SAISON	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES GRATIN D'ENDIVES A LA VOLAILLE PLATEAU DE FROMAGES CREME CARAMEL
<b>DIMANCHE - 20</b>		
SALAMI & CORNICHONS CARBONADE DE BŒUF & SES CAROTTES TAGLIATELLES PLATEAU DE FROMAGES TARTE AUX POIRES BOURDALOUE	GOUTER	POTAGE DE LEGUMES CROISSILLON AU FROMAGE SALADE VERTE PLATEAU DE FROMAGES COMPOTE DE FRUITS

**Bon Appétit**

MENUS ETABLIS SOUS RESERVE D'APPROVISIONNEMENT

NOS PLATS SONT SUSCEPTIBLES DE CONTENIR DES SUBSTANCES OU DERIVES POUVANT ENTRAINER DES ALLERGIES OU INTOLERANCES. POUR TOUTE INFORMATION, MERCI DE VOUS RAPPROCHER DU CUISINIER.