

Introduction

La fabrication des repas livrés à domicile et servis dans les restaurants clubs de loisirs est effectuée par le service municipal de Restauration collective, la Fontenaysienne. Les repas sont livrés par l'équipe du service Retraités.

N'hésitez pas à faire vos remarques et appréciations sur les menus (voir dernière page) ainsi que sur la nouvelle présentation des menus.

Une commission se réunit chaque trimestre pour les choisir et les valider. Vous pouvez y participer.

Nous vous informons que des denrées bio sont prévues aux menus tels que carottes râpées, betteraves cuites, haricots verts, petits pois, pâtes, riz, blé...

Les repas à domicile sont distribués tous les jours sauf les samedis et dimanches (livraison le vendredi pour le vendredi et le week-end).

Les équipes des clubs restaurants vous accueillent du lundi au samedi pour un déjeuner convivial.

Nous vous souhaitons un bon appétit !



Lundi 27

Entrée

Salade de riz

Plat

Sauté de porc au miel

Épinards BIO béchamel

Fromage : Yaourt BIO IDF et sucre

Dessert : Pomme BIO IDF

Mardi 28

Entrée

Salade coleslaw (carotte BIO et chou blanc mayonnaise)

Plat

SP : Steak haché frais BIO

AD : Escalope de poulet

Haricots verts BIO

Fromage : Pont l'Évêque

Dessert : Mousse au café

Mercredi 29

Entrée

Salade de coquillettes BIO (tomate, mais, mayonnaise)

Plat

Poisson frais retour de pêche, sauce au Boursin

Brocoli BIO/pommes de terre

Fromage : Fromage Saint Jacques BIO IDF*

Dessert : Pâtisserie

Jeudi 30

Entrée

Laitue, lardons, croutons, emmental, vinaigrette

Plat

Sauté d'agneau sauce forestière

Pommes de terre BIO IDF persillées

Fromage : Fromage blanc BIO*, sucre

Dessert :

SP : Pêche au sirop et glace vanille

AD : Pêche au sirop et sablés

Vendredi 1^{er}

Entrée

Tomate BIO IDF et dés d'Emmental, vinaigrette

Plat

Dos de merlu au thym et citron

Lentilles BIO IDF à la tomate

Fromage : Munster*

Dessert : Poire

Samedi 2

Entrée

Courgettes râpées, vinaigrette

Plat

Cuisse de pintade au jus

Navets braisés/pommes de terre

Fromage : mini Chavroux

Dessert : Crème aux œufs

Dimanche 3

uniquement pour les
repas livrés à domicile

Entrée

Poireaux vinaigrette

Plat

Dos de merlu au thym et citron

Lentilles BIO IDF à la tomate

Fromage : Camembert

Dessert : Île flottante

Du lundi 27 septembre au dimanche 3 octobre 2021

Lundi 4

Entrée

Cocktail de salade et féta vinaigrette

Plat

Côtes d'agneau aux herbes de Provence

Semoule BIO et tajine de légumes

Fromage : Boursin ail et fines herbes

Dessert : SP : Banana split

AD : Crème caramel

Mardi 5

Entrée

Pizza mozzarella

Plat

Émincé de poulet BIO aux herbes de Provence

Petits pois BIO

Fromage : Yaourt BIO IDF*, sucre

Dessert : Orange

Mercredi 6

Entrée

Courgettes râpées vinaigrette

Plat

Rôti de veau BIO

Galettes de légumes

Fromage : Pont l'Évêque

Dessert : Pâtisserie

Jeudi 7

Entrée

Potage au potimarron BIO IDF

Plat

SP : Moules BIO marinière, frites

AD : Filets de rougets, pommes de terre sautées

Fromage : Suisses BIO*, sucre

Dessert : SP : Salade d'agrumes

AD : Café liégeois

Vendredi 8

Entrée

Concombre BIO, sauce au fromage blanc et ciboulette

Plat

SP : Bavette sauce échalote

AD : Omelette BIO au jambon

Macédoine de légumes

Fromage : Livarot*

Dessert : Crème dessert vanille BIO

Samedi 9

Entrée

Endives vinaigrette

Plat

Lasagnes au saumon

Fromage : Mini Roitelet

Dessert : Mousse chocolat

Dimanche 10

uniquement pour les repas livrés à domicile

Entrée

Filet de maquereau au vin blanc

Plat

Boulettes de bœuf, sauce échalote

Macédoine de légumes

Fromage : Emmental

Dessert : Pomme

Du lundi 4 au dimanche 10

octobre 2021

Lundi 11

Entrée

Taboulé

Plat

Dos de cabillaud à la crème d'estragon Carottes BIO

Fromage : Camembert

Dessert : Pomme BIO IDF*

Mardi 12

Entrée

Sardines à l'huile

Plat

Tarte butternut et Comté AOP, salade verte

Fromage : Cantal*

Dessert : Clafoutis aux prunes

Mercredi 13

Entrée

Potage Dubarry (chou fleur) à la Vache Qui Rit

Plat

Blézotto (blé BIO, émincé de poulet, champignons, parmesan)

Fromage : Yaourt aromatisé BIO IDF

Dessert : Raisin

Jeudi 14

Entrée

Courgettes râpées et féta, vinaigrette **Plat**

Sauté de bœuf BIO

Brocoli BIO/pommes de terre

Fromage : Tome BIO IDF*

Dessert : Gâteau basque

Vendredi 15

Entrée

Tomate BIO IDF à la mozzarella BIO IDF

Plat

Saucisse de Toulouse

Flageolets BIO cuisinés

Fromage : Fromage blanc BIO *, sucre

Dessert :

SP : Salade d'orange à la cannelle

AD : Orange

Samedi 16

Entrée

Radis au beurre

Plat

Rognons de veau, sauce financière

Tagliatelles

Fromage : Boursin

Dessert : Île flottante

Dimanche 17

uniquement pour les repas livrés à domicile

Entrée

Champignons crus, vinaigrette

Plat

Cuisse de poulet au miel, thym, gingembre

Flageolets BIO cuisinés

Fromage : Roquefort

Dessert : Riz au lait

Du lundi 11 au dimanche 17 octobre 2021

Lundi 18

Entrée

Pamplemousse et sucre

Plat

Tajine d'agneau, riz BIO et
tajine de courgettes

Fromage : Yaourt nature BIO IDF*,
sucre

Dessert : Pruneaux au sirop

Mardi 19

Entrée

Salade piémontaise

Plat

SP : Steak haché frais BIO

AD : Escalope de poulet sauce
carottes/ail

Haricots plats

Fromage : Suisses BIO*, sucre

Dessert : Pomme BIO IDF*

Mercredi 20

Entrée

Artichaut vinaigrette

Plat

Omelette BIO roulée au fromage

Penne BIO IDF

Fromage : Boursin

Dessert : Raisin

Jeudi 21

Entrée

Potage paysan (légumes)

Plat

Sauté de veau BIO

Purée de céleri

Fromage : Brie

Dessert : Pâtisserie

Vendredi 22

Entrée

Lentilles BIO IDF, vinaigrette

Plat

Dos de saumon frais au sel de
Guérande

Chou fleur BIO béchamel

Fromage : Emmental BIO IDF*

Dessert : Banane

Samedi 23

Entrée

Salade coleslaw

Plat

Cuisse de lapin au cidre

Endives braisés/pommes de terre

Fromage : Roquefort

Dessert : Mousse au chocolat BIO

Dimanche 24

*uniquement pour les
repas livrés à domicile*

Entrée

Courgettes râpées, vinaigrette

Plat

Quenelle de brochet, sauce aurore

Chou fleur BIO béchamel

Fromage : Camembert

Dessert : Ananas au sirop

Du lundi 18 au dimanche 24 octobre 2021

Lundi 25

Entrée

Salade de riz

Plat

Dos de merlu sauce au Boursin

Carottes BIO

Fromage : Yaourt BIO IDF aromatisé

Dessert : Orange

Mardi 26

Entrée

Crevettes bouquets et mayonnaise

Plat

Pizza BIO fromage et salade

Fromage : Brie BIO IDF*

Dessert : Gâteau de semoule

Mercredi 27

Entrée

Potage Breton

Plat

Sauté de bœuf BIO bourgeoise

Petits pois BIO

Fromage : Saint Jacques BIO IDF*

Dessert : Éclair au chocolat

Jeudi 28

Entrée

Endives vinaigrette

Plat

Saucisse de Morteau

Mijoté de lentilles BIO IDF

Fromage : Fromage blanc BIO*, sucre

Dessert :

SP : Mirabelles au sirop

AD : Pêche au sirop

Vendredi 29

Entrée

Carottes râpées vinaigrette

Plat

Cuisse de pintade à l'orange

Purée de potimarron BIO IDF

Fromage : Mimolette

Dessert : Tarte aux abricots

Samedi 30

Entrée

Pamplemousse et sucre

Plat

Brochette de colin à la crème d'oignons

Fondue de poireaux

Fromage : Boursin ail et fines herbes

Dessert : Riz au lait

Dimanche 31

uniquement pour les
repas livrés à domicile

Entrée

Betteraves cuites BIO vinaigrette

Plat

Paupiette de veau au jus

Purée de potimarron BIO IDF

Fromage : Emmental

Dessert : Poire

Du lundi 25 au dimanche 31 octobre 2021

Lundi 1^{er}

Entrée

Filet de hareng/pommes de terre

Plat

Dos de cabillaud

Poêlée de légumes

Fromage : Roquefort

Dessert : Orange

Mardi 2

Entrée

Pamplemousse et sucre

Plat

SP : Bavette/frites

AD : Boeuf bourguignon

Fromage : Saint Morêt BIO

Dessert : Mousse au chocolat BIO

Mercredi 3

Entrée

Salade coleslaw

Plat

Saucisse et mijoté de lentilles BIO

IDF aux carottes

Fromage : Camembert BIO IDF*

Dessert : SP : Pruneaux au sirop et glace vanille

AD : Pruneaux et sablés

Jeudi 4

Entrée

Poireaux vinaigrette maison

Plat

Escalope de poulet

Pâtes délicieuses IDF

Fromage : Cantal

Dessert : Pomme BIO

Vendredi 5

Entrée

Potage maison

Plat

Sauté d'agneau marengo

Petits pois BIO et carottes BIO

Fromage : Suisses BIO et sucre

Dessert : Gâteau de riz

Samedi 6

Entrée

Champignons à la grecque

Plat

Dos de merlu meunière

Galettes de légumes

Fromage : Faisselle et sucre

Dessert : Muffin

Dimanche 7

*uniquement pour les
repas livrés à domicile*

Entrée

Chou rouge vinaigrette maison

Plat

Cuisse de pintade au jus

Petits pois BIO et carottes BIO

Fromage : Mini Chavroux

Dessert : Fruit

Du lundi 1^{er} au dimanche 7 novembre 2021

Lundi 8

Entrée

Pâté en croute

Plat

Brandade de morue parmentière fraîche et salade verte

Fromage : Fjord et sucre

Dessert : Mousse aux marrons

Mardi 9

Entrée

Lentilles façon asiatique

Plat

Émincé de poulet BIO

Carottes BIO

Fromage : Emmental BIO IDF

Dessert : Orange

Mercredi 10

Entrée

Potage maison à la Vache Qui Rit BIO

Plat

Sauté de veau BIO

Brocoli BIO/pommes de terre

Fromage : Comté AOP

Dessert : Banane

Jeudi 11

Entrée

Filet de maquereau au vin blanc

Plat

Lasagnes bolognaise et salade verte

Fromage : Rondelé BIO

Dessert : Crème brûlée

Vendredi 12

Entrée

Endives aux noix vinaigrette maison

Plat

Cuisse de lapin au cidre

Boulgour BIO, sauce tomate

Fromage : Yaourt aromatisé BIO IDF

Dessert : SP : Poire Belle Hélène

AD : Pêche au sirop

Samedi 13

Entrée

Carottes râpées vinaigrette

Plat

Moussaka

Fromage : Boursin ail et fine herbes

Dessert : Pomme BIO

Dimanche 14

uniquement pour les
repas livrés à domicile

Entrée

Champignons à la grecque

Plat

Lapin chasseur et pommes de terre

Fromage : Camembert

Dessert : Île flottante

Du lundi 8 au dimanche 14 novembre 2021

Lundi 15

Entrée

Salade de riz (thon, tomates, poivrons)

Plat

Dos de merlu au basilic

Haricots beurre

Fromage : Saint Jacques BIO IDF

Dessert : Orange

Mardi 16

Entrée

Sardines à l'huile

Plat

Omelette BIO maison au jambon

SP : Frites de pommes de terre et de patates douces

AD : Pommes de terre sautées

Fromage : Yaourt à la grecque, sucre

Dessert : Panna cotta maison, coulis fruits rouges

Mercredi 17

Entrée

Potage maison et à la Vache Qui Rit

Plat

Hachis Parmentier au boeuf

Salade verte

Fromage : Mini Chavroux

Dessert : Poire

Jeudi 18

Entrée

Assiette de charcuterie (jambon sec, saucisson à l'ail, andouille de Guéméné, coppa, rosette)

Plat

Rôti de rumsteak* grillé, dosette de moutarde

Gratin de pommes de terre et salade verte

Fromage : Saint Marcellin

Dessert : Pâtisserie

Vendredi 19

Entrée

Carottes BIO râpées, vinaigrette maison

Plat

Sauté d'agneau, sauce marengo

Petits pois BIO

Fromage : Suisses BIO et sucre

Dessert : Gâteau de riz

Samedi 20

Entrée

Laitue, vinaigrette maison

Plat

Cuisse de poulet miel/gingembre

Polenta crémeuse

Fromage : Emmental

Dessert : Ananas au sirop

Dimanche 21

uniquement pour les repas livrés à domicile

Entrée

Céleri râpé rémoulade

Plat

Quenelle de brochet, sauce aurore

Petits pois BIO

Fromage : Boursin

Dessert : Mousse au café

Du lundi 15 au dimanche 21 novembre 2021

Lundi 22

Entrée

Pomelos et sucre

Plat

Riz BIO et curry de légumes

Boulettes de lentilles

Fromage : Munster AOP

Dessert : Île flottante

Mardi 23

Entrée

Céleri râpé BIO rémoulade
(mayonnaise)

Plat

SP : Escalope de veau au jus

AD : Escalope de poulet

Épinards BIO béchamel

Fromage : Fromage blanc BIO*, sucre

Dessert : Gâteau de semoule

Mercredi 24

Entrée

Artichaut, vinaigrette maison

Plat

Coq au vin

Spaghetti BIO

Fromage : Brie BIO IDF

Dessert : Ananas

Jeudi 25

Entrée

Potage maison à la tomate

Plat

SP : Moules BIO marinière, frites

AD : Filets de rougets aux herbes de

Provence, pommes de terre sautées

Fromage : Faisselle et sucre

Dessert : Pruneaux au sirop

Vendredi 26

Entrée

Champignons crus, vinaigrette
maison

Plat

Émincé de veau BIO

Carottes BIO

Fromage : Cantal AOC

Dessert : Paris-Brest

Samedi 27

Entrée

Betteraves cuites BIO, vinaigrette
maison

Plat

Paupiette de veau au jus

Purée de potiron

Fromage : Roquefort

Dessert : Kiwis

Dimanche 28

*uniquement pour les
repas livrés à domicile*

Entrée

Chou blanc, vinaigrette maison

Plat

Aile de raie aux câpres

Carottes BIO

Fromage : Mini Roitelet

Dessert : Chocolat liégeois

Du lundi 22 au dimanche 28

novembre 2021

Lundi 29

Entrée

Poireaux vinaigrette maison

Plat

Pizza et salade verte

Fromage : Yaourt BIO IDF*, sucre

Dessert : Pâtisserie maison

Mardi 30

Entrée

Mâche à l'emmental, vinaigrette maison

Plat

Dos de merlu sauce fromagère

Blézotto (blé BIO)

Fromage : Reblochon AOP

Dessert : SP : Mirabelles au sirop et glace vanille

AD : Ananas au sirop et sablés

Mercredi 1^{er}

Entrée

Tarte maison

Plat

Rôti de veau BIO aux herbes de Provence

Chou fleur BIO béchamel/pommes de terre

Fromage : Tome BIO de Montorgueil*

Dessert : Banane

Jeudi 2

Entrée

Potage maison alphabet

Plat

Tripes à la mode de Caen et pommes de terre

Fromage : Crème dessert BIO vanille

Dessert : SP : Salade d'agrumes

AD : Clémentines

Vendredi 3

Entrée

Endives aux dés de féta, vinaigrette maison

Plat

Dos de lieu noir frais

Haricots verts BIO

Fromage : Livarot

Dessert : Mousse au chocolat

Samedi 4

Entrée

Carottes vinaigrette maison

Plat

Lasagnes bolognaise

Fromage : Boursin

Dessert : Crème aux œufs

Dimanche 5

uniquement pour les repas livrés à domicile

Entrée

Pamplemousse et sucre

Plat

Dos de merlu meunière

Haricots verts BIO

Fromage : Emmental

Dessert : Flan nappé caramel

Du lundi 29 novembre au dimanche 5 décembre 2021

Lundi 6

Entrée

Taboulé

Plat

SP : Escalope de veau au jus

AD : Paupiette de veau

Petits pois BIO

Fromage : Fromage blanc BIO*, sucre

Dessert : Pomme BIO IDF

Mardi 7

Entrée

Oeuf dur mayonnaise

Plat

SP : Steak haché frais BIO

AD : Paupiette de saumon

Brocoli BIO/pommes de terre

Fromage : Tome BIO de Rambouillet

Dessert : Clémentines

Mercredi 8

Entrée

Potage maison aux champignons
et Vache Qui Rit

Plat

Saucisse de Toulouse

Haricots blancs BIO

Fromage : Emmental BIO IDF*

Dessert : SP : Mangue au sirop

AD : Pêche au sirop

Jeudi 9

Entrée

Fèves, vinaigrette maison

Plat

Sauté d'agneau

Carottes BIO

Fromage : Chèvre bûche

Dessert : Pâtisserie

Vendredi 10

Entrée

Artichaut, vinaigrette maison

Plat

Pommes de terre gratinées au
fromage et lardons, salade verte

Fromage : Yaourt BIO IDF*, sucre

Dessert : Kiwis

Samedi 11

Entrée

Céleri râpé rémoulade

Plat

Dos de merlu meunière

Endives braisées/pommes de terre

Fromage : Camembert

Dessert : Riz au lait

Dimanche 12

*uniquement pour les
repas livrés à domicile*

Entrée

Chou rouge, vinaigrette maison

Plat

Escalope de dinde à la crème

Poêlée de légumes

Fromage : Saint-Morêt

Dessert : Crème caramel

Du lundi 6 au dimanche 12 décembre 2021

Lundi 13

Entrée

Salade coleslaw maison (carotte, chou blanc, mayonnaise)

Plat

Dos de cabillaud, sauce dieppoise

Riz BIO pilaf

Fromage : Suisses BIO et sucre

Dessert : Pruneaux au sirop

Mardi 14

Entrée

Champignons sauce bulgare (yaourt)

Plat

Galette de lentilles BIO

Épinards BIO béchamel

Fromage : Brie BIO IDF*

Dessert : Clémentines

Mercredi 15

Les menus seront communiqués ultérieurement

Jeudi 16

Les menus seront communiqués ultérieurement

Vendredi 17

Entrée

Mâche, emmental et noix, vinaigrette maison

Plat

Omelette BIO maison au fromage

Étoiles de légumes

Fromage : Yaourt BIO*IDF et sucre

Dessert : Gâteau de semoule

Samedi 18

Entrée

Betteraves cuites BIO, vinaigrette maison **Plat**

Lasagnes au saumon

Fromage : Emmental

Dessert : Kiwis

Dimanche 19

uniquement pour les repas livrés à domicile

Entrée

Carottes râpées vinaigrette

Plat

Escalope de poulet au jus

Étoiles de légumes

Fromage : Boursin ail et fines herbes

Dessert : Café liégeois

Du lundi 13 au dimanche 19 décembre 2021

Lundi 20

Entrée

Pamplemousse et sucre

Plat

Dos de merlu

Chou fleur BIO béchamel

Fromage : Suisses BIO* et sucre

Dessert : Fruits séchés

Mardi 21

Entrée

Chorizo

Plat

Poulet rôti

Riz BIO safrané

Fromage : Camembert BIO IDF

Dessert : SP : Orange givrée

AD : Orange

Mercredi 22

Entrée

Champignons crus, vinaigrette maison

Plat

Sauté de veau BIO, sauce vallée d'Auge (crème, pomme)

Purée potimarron BIO IDF

Fromage : Reblochon

Dessert : Île flottante

Jeudi 23

Entrée

Duo de saucissons, cornichons

Plat

Cuisse de pintade rôtie

Haricots verts BIO

Fromage : Yaourt BIO IDF* et sucre

Dessert : Clémentines

Vendredi 24

Entrée

Soupe de poisson maison, croutons et

Emmental râpé

Plat

Canard confit

Pommes de terre sarladaises

Fromage : Saint Nectaire*

Dessert : Ananas au sirop

Samedi 25

Entrée

Avocat, vinaigrette maison

Plat

Brandade de morue

Fromage : Roquefort

Dessert : Millefeuilles

Dimanche 26

uniquement pour les
repas livrés à domicile

Entrée

Poireaux vinaigrette maison

Plat

Canard confit

Pommes de terre sarladaises

Fromage : Mini Roitelet

Dessert : Kiwis

Du lundi 20 au dimanche 26 décembre 2021

Lundi 27

Entrée

Salade coleslaw (carotte, chou blanc, mayonnaise)

Plat

SP : Moussaka

AD : Couscous

Fromage : Roquefort

Dessert : Mousse au chocolat BIO et sablés

Mardi 28

Entrée

Terrine océane sauce indienne

Plat

Omelette BIO maison au fromage

Petits pois BIO et carottes BIO

Fromage : Comté*

Dessert : Clémentines

Mercredi 29

Entrée

Potage maison taillé (légumes verts)

Plat

Côtes d'agneau aux herbes de Provence

Flageolets BIO

Fromage : Fromage blanc BIO*, sucre

Dessert : Pêche au sirop

Jeudi 30

Entrée

Lentilles BIO IDF vinaigrette maison

Plat

Rôti de bœuf BIO

Brocoli BIO/pommes de terre

Fromage : Emmental BIO IDF

Dessert : Banane

Vendredi 31

Entrée

Mâche aux noix, vinaigrette maison

Plat

Poisson frais retour de pêche

Épinards BIO béchamel

Fromage : Saint Jacques BIO IDF*

Dessert : Pâtisserie

Samedi 1^{er}

Entrée

Pamplemousse aux crevettes

Plat

Cuisse de lapin chasseur

Semoule BIO

Fromage : Camembert

Dessert : Crème brûlée

Dimanche 2

Entrée

Salade piémontaise

Plat

Tomate farcie

Épinards BIO béchamel

Fromage : Fjord et sucre

Dessert : Kiwis

uniquement pour les
repas livrés à domicile

Du lundi 27 décembre au dimanche 2 janvier 2021

Pour bénéficier des repas

Organisation des repas

Les menus sont prévus du lundi au dimanche.

Les clubs restaurants vous accueillent du lundi au samedi pour déjeuner à 12h.

Les repas à domicile sont livrés du lundi au vendredi (livraison vendredi pour le repas du samedi et du dimanche).

Les livraisons sont organisées de 9h à 13h.

En cas d'hospitalisation et sur présentation d'un justificatif, le repas ne sera pas facturé.

Pour la reprise des repas, contacter le service 48h à l'avance.

Le tarif

Le tarif des repas est calculé en fonction de vos ressources.

Ces tarifs sont conditionnés par le calcul de quotients familiaux.

Pour 2021, nous fournir votre feuille d'imposition ou non-imposition 2020 sur les revenus 2019.

La ville de Fontenay souhaite mieux prendre en compte les ressources de chacun pour y appliquer un tarif adapté et personnalisé.

Les repas en clubs s'échelonnent de 2,60 € à 8,70 € actuellement.

Les repas à domicile de 3,51 € à 11,74 € livraison comprise.

Ces tarifs sont actualisés chaque année au 1^{er} janvier.

Tout repas doit être commandé avant le mercredi pour la semaine suivante.

Tout repas commandé sera facturé.

La viande de bœuf :
né, élevé et abattu en France.

La viande de veau :
né, élevé et abattu dans les
Pays de l'Union européenne.



Repas livrés à domicile

* Menus pouvant être modifiés
selon les possibilités du marché
alimentaire

