



MENU NOVEMBRE

3 NOVEMBRE 2026

DÉJEUNER

- Salade gourmande de quinoa, crudités du moment, amandes, vinaigrette citron et herbes + galette de pois chiches, sauce légère aux épices
- Pannacotta au yaourt, fruits rouges

4 NOVEMBRE 2026

DÉJEUNER - BUFFET

- Velouté de courge pointe de curry
- Quiche aux légumes et maroilles
- Tarte tatin d'oignon rouge
- Toast gourmand : crème de haricot blanc façon aioli, légumes croquants, pickles
- Salade de pommes de terre grenaille, pois chiches, légumes rôtis, sauce crémeuse au tahini
- Salade de pâtes, poireaux rôtis à l'ail, tomates séchées, pignons de pin, jeunes pousses
- Tartelette chocolat OU moelleux à l'amande et pomme



VÉGÉTARIEN



DE SAISON



FAIT MAISON



FRUITS ET LÉGUMES
AU PLUS COURT

Certaines recettes légèrement peuvent varier en fonction de l'arrivée des fruits et légumes de saison de la semaine. Certaines recettes pourront être modifiés en fonction des régimes alimentaires spéciaux confirmés.



4 NOVEMBRE 2026

COCKTAIL DÎNATOIRE

- Frittata de légumes aux épices
 - Mini cookie fromages et graines de cumin
 - Sablé au sésame, purée de pois cassé
 - Mini wrap, houmous au za'atar, champignons grillés et salade
 - Tartelette cream cheese aux herbes, céleri-rave roti
 - Mini cake courge cheddar
 - Mini club sandwich crème de carotte, échalotte rôtie et noix
 - Tatin de poireau
 - Navette salade de chou et carotte sauce cacahuète
 - Bouchée patate douce & betterave
-
- Mini cookie chocolat noir fleur de sel
 - Mini moelleux coco et fruits rouges
 - Mini cake cacahuète & chocolat
 - Mini tartelette

5 NOVEMBRE 2026

DÉJEUNER - BUFFET

- Soupe de lentilles à la tomate et épices
 - Quiche aux légumes
 - Tarte fine courge et cream cheese au za'atar
-
- Toast houmous de carotte, légumes rôtis
 - Salade de riz façon biryani
 - Salade fraîcheur, crudités, pomme, graines
-
- Cookie chocolat noir fleur de sel OU tartelette caramel au beurre salé et sarrasin