MENU Novembre 2026

Chef-seniors.fr

04 96 21 84 14

CHEF SENIORS

CHEF SENIORS

Semaine du 2 novembre au 8 novembre 2026

Les menus sont susceptibles d'être modifiés à tout moment en fonction des disponibilités et des arrivages.

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI	**Entrée**	Salade de pommes de terre aux herbes	Salade tiède de haricots blancs, échalotes	Salade de billes de légumes d'hiver	Macédoine de légumes	Salade de betteraves	Poireaux vinaigrette	Salade de boulgour et quinoa aux cranberries
	Plat	Saucisse braisée, lentilles vertes	Merlu sauce dieppoise, blette à la crème	Couscous de boulette de bœuf semoule	Filet de lieu sauce safranée, chou-fleur rôti	Poulet rôti sauce chasseur, pommes vapeur	Omelette, petits pois aux herbes	Quiche Lorraine, haricots plats
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Brownies	Flan chocolat	Compote de pommes	Crème dessert vanille	Fruit de saison	Yaourt sucré	Flan caramel
SOIR	**Entrée**	Céleri rémoulade	Salade au crabe	Salade strasbourgeoise	Salade de fenouil cru à l'orange	Salade de lentilles paysanne	Légumes croquants à l'orientale	Carottes râpées
	Plat	Colin sauce aneth, purée de céleri-rave	Poulet façon grand-mère, légumes d'hiver	Lasagne ricotta, épinard	Moussaka de bœuf	Pavé de limande sauce à l'aneth, riz	Émincé de porc oignon caramel et riz parfumé	Colin pané aux céréales, sauce tartare, écrasé de patate douce
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Fruit de saison	Petit fromage blanc	Yaourt aux fruits	Flan caramel	Yaourt sucré	Compote de pommes	Yaourt aromatisé

CHEF SENIORS

Semaine du 9 novembre au 15 novembre 2026

Les menus sont susceptibles d'être modifiés à tout moment en fonction des disponibilités et des arrivages.

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI	**Entrée**	Salade de museau de bœuf	Salade piémontaise	Champignons à la grecque	Concombres à la crème	Coleslaw	Riz niçois au thon	Navets vinaigrette
	Plat	Cassolette de la mer, purée de carottes	Couscous merguez	Brandade de morue	Boudin noir, écrasé de pommes de terre	Tagliatelles au saumon et aneth	Boulette d'agneau à l'orientale, semoule	Colin meunière, purée de brocolis
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Far breton	Fruit de saison	Flan caramel	Crème onctueuse vanille	Compote de pommes	Mousse au chocolat noir	Petit fromage blanc
SOIR	**Entrée**	Salade de perles légumières	Céleri rémoulade	Salade de haricots verts aux échalotes	Salade de chou et noisettes	Salade de pois chiche au cumin	Charcuterie	Salade de chou rouge et carottes
	Plat	Suprême de volaille sauce forestière, pommes vapeur	Quenelle gratiné, haricots verts	Paupiette de veau sauce champignons, riz	Colin sauce champignons, boulgour	Filet de poulet braisé, lentilles vertes aux carottes	Merlu sauce dieppoise, purée de courges	Sauté de porc à la moutarde à l'ancienne, penne
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Compote de pommes	Yaourt nature	Mousse au chocolat au lait	Fruit de saison	Flan vanille	Yaourt sucré	Crème dessert caramel

CHEF SENIORS

Semaine du 16 novembre au 22 novembre 2026

Les menus sont susceptibles d'être modifiés à tout moment en fonction des disponibilités et des arrivages.

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI	**Entrée**	Salade de betteraves	Terrine de foie de volaille	Salade de maïs au basilic	Salade de chou rouge et carottes	Céleri rémoulade	Salade de lentilles	Haricots rouges à la mexicaine
	Plat	Sauté de dinde au curry doux et riz parfumé	Colin sauce Bercy, purée de courge	Paupiette de lapin sauce champignons, purée de panais	Colin meunière sauce verdurette, penne	Moussaka	Filet de colin, sauce tomates, boulgour au citron confit	Lasagne bolognaise
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Crumble pomme	Compote de pommes	Flan vanille	Liégeois chocolat	Fruit de saison	Riz au lait vanille	Crème dessert caramel
SOIR	**Entrée**	Taboulé oriental	Salade de quinoa aux légumes d'automne	Œuf dur mayonnaise	Carottes râpées	Salade de betteraves	Riz niçois au thon	Charcuterie
	Plat	Papillote de colin purée de courgettes	Osso-buco de dinde, polenta crémeuse	Blanquette de poisson, riz	Hachis parmentier	Filet de dorade sauce vierge, écrasé de patate douce	Endive au jambon	Filet de lieu sauce aurore, fondue de poireaux
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Fruit de saison	Crème dessert chocolat	Petit fromage blanc	Crème dessert vanille	Yaourt aromatisé	Compote de pommes	Flan chocolat

CHEF SENIORS

Semaine du 23 novembre au 29 novembre 2026

Les menus sont susceptibles d'être modifiés à tout moment en fonction des disponibilités et des arrivages.

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI	**Entrée**	Salade tiède de haricots blancs, échalotes	Salade de billes de légumes d'hiver	Macédoine de légumes	Carottes râpées	Salade d'endives aux noix et roquefort	Salade de lentilles et carottes	Terrine de saumon aux poireaux
☀	**Plat**	Colin meunière, purée de céleri-rave	Saucisse braisée, lentilles vertes	Omelette aux champignons, penne	Émincé de porc sauce au poivre, gratin de courge	Pavé de limande sauce à l'aneth, riz	Poulet rôti sauce chasseur, pommes vapeur	Colin d'Alaska bordelaise, écrasé de patate douce
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Carré poire	Fruit de saison	Flan chocolat	Crème onctueuse caramel	Compote de pommes	Fromage blanc	Liégeois vanille
SOIR	**Entrée**	Salade piémontaise	Céleri rémoulade	Salade de betteraves au chèvre	Riz niçois au thon	Salade de chou blanc aux pommes	Quiche fromage	Salade de perles légumières
☾	**Plat**	Tresse de volaille aux champignons, haricots verts coupés	Merlu sauce dieppoise, blette à la crème	Tagliatelles carbonara	Filet de lieu sauce safranée, chou-fleur rôti	Moussaka de bœuf	Tortilla aux oignons, épinards à la crème	Steak haché crème de coriandre et petits pois
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Mousse au chocolat au lait	Yaourt nature	Compote de pommes	Yaourt aux fruits	Flan vanille	Fruit de saison	Crème dessert chocolat

CHEF SENIORS

Semaine du 30 novembre au 06 Décembre 2026

Les menus sont susceptibles d'être modifiés à tout moment en fonction des disponibilités et des arrivages.

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MIDI	**Entrée**	Salade piémontaise	Terrine de légumes	Champignons à la grecque	Pâté en croûte	Carottes râpées	Poireaux mimosa	Macédoine de légumes
	Plat	Boulette de bœuf sauce tomates, tagliatelles fraîches	Quenelles de brochet, haricots verts	Lasagne bolognaise	Merlu sauce champignons, boulgour	Tomates farcies, écrasé de pommes de terre	Omelette poêlée champêtre	Boulette de bœuf sauce vignerons, pommes vapeur
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	browkies	Flan caramel	Compote de pommes	Crème dessert chocolat	Fruit de saison	Crème onctueuse chocolat	Flan vanille
SOIR	**Entrée**	Rosette en tranche	Salade de betteraves	Radis noir vinaigrette	Salade de fenouil cru à l'orange	Taboulé oriental	Salade de haricots blancs, échalotes	Cervelas
	Plat	Poisson blanc maraîchère, purée de carottes	Suprême de volaille sauce forestière, pâtes	Brandade de morue	Paupiette de veau sauce champignons, riz	Tagliatelles au pesto	Haché de poulet grillé, sauce barbecue, pâtes	Calamars à la romaine, purée de brocolis
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	Flan caramel	Fruit de saison	Petit fromage blanc	Compote de pommes	Yaourt aromatisé	Flan chocolat	Yaourt nature

L’équipe de chef séniors
vous souhaite un bon appétit

CHEF SENIORS

contact@chef-seniors.fr
04 96 21 84 14