



# Les Menus de L'Esprit Terroirs

Semaine du lundi 22 au dimanche 28 juin 2026

## LUNDI 22

Terrine aux légumes  
Haché de veau sauce  
tomate  
Coquillettes  
Fromage  
Fruit de saison

## MARDI 23

Macédoine de légumes  
Rôti de boeuf froid  
Salade de pommes de  
terre  
Yaourt nature  
Crème dessert

## MERCREDI 24

Terrine de Campagne  
Paupiette de veau aux  
champignons  
Haricots verts persillés  
Fromage blanc  
Pâtisserie

## JEUDI 25

Salade de Tomates  
Poulet aux herbes  
Courgettes sautées  
Fromage  
Fruit de saison

## VENDREDI 26

Carottes râpées  
Filet de colin sauce  
crevettes  
Riz créole  
Saint Moret  
Mousse au chocolat

## SAMEDI 27

Champignons à la  
Grecque  
Raviolis frais à la viande  
Fromage  
Fruit de saison

## DIMANCHE 28

Rillettes/cornichon  
Sauté de Dinde aux  
olives  
Pommes de terre aux  
herbes  
Bleu  
Tropézienne

## CONTACT

Jérôme ou Alicia  
**04 66 82 12 14**

## COMMANDES

**72 H à l'avance**

**Pain sur demande**

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





# Les Menus de L'Esprit Terroirs

Semaine du lundi 29 juin au dimanche 5 juillet 2026

## LUNDI 29

Délice au saumon  
Emincé de poulet au  
Paprika doux  
Poêlée de légumes  
Fromage  
Fruit de saison

## MARDI 30

Céleri Rémoulade  
Escalope de porc aux  
herbes  
Chou fleur  
Fromage  
Compote de fruits

## MERCREDI 1er

Saucisson à l'ail  
Boulettes de bœuf sauce  
tomate  
Semoule  
Fromage  
Pâtisserie

## JEUDI 2

Haricots verts  
vinaigrette  
Emincé de poulet froid  
aux poivrons doux  
Salade de pâtes  
Faisselle  
Fruit de saison

## VENDREDI 3

Taboulé  
Filet de poisson et sa  
ratatouille froide  
Fromage  
Crème dessert

## SAMEDI 4

Betteraves râpées  
Jambon blanc  
Macédoine de légumes  
Yaourt nature bio  
Fruit de saison

## DIMANCHE 5

Pâté en croute  
Blanquette de volaille  
Pommes vapeur  
Coulommiers  
Paris/Brest

## CONTACT

Jérôme ou Alicia  
**04 66 82 12 14**

## COMMANDES

**72 H à l'avance**

**Pain sur demande**

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



# Les Menus de L'Esprit Terroirs

Semaine du lundi 6 au dimanche 12 juillet 2026

## LUNDI 6

Avocat vinaigrette  
Lasagne Bolognaise  
Fromage  
Fruit de saison

## MARDI 7

Salade verte  
Rôti de porc froid  
Salade composée  
Yaourt nature  
Flan nappé caramel

## MERCREDI 8

Fromage de tête  
Cordon bleu au bacon  
Röstis aux légumes  
Fromage  
Mille Feuille

## JEUDI 9

Poireaux vinaigrette  
Saucisses aux herbes  
Lentilles cuisinées  
Petit suisse  
Fruit de saison

## VENDREDI 10

Concombres ciboulette  
Filet de poisson Pané  
Epinards à la crème  
Fromage  
Mousse au citron

## SAMEDI 11

Œuf dur Mayonnaise  
Paëlla « maison »  
Yaourt aux fruits  
Fruit de saison

## DIMANCHE 12

Terrine de lapin  
Cuisse de pintade aux raisins  
Pâtes fraîches  
Buche de chèvre  
Gâteau Basque

## CONTACT

Jérôme ou Alicia  
**04 66 82 12 14**

## COMMANDES

**72 H à l'avance**

**Pain sur demande**

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