

LE · CERCLE

Lundi 19 septembre au Vendredi 23 septembre

			Ingrédients	Allergènes
Lundi 19 septembre	Viande	Trio de tartinables et blinis	pois chiche, basilic, betterave cuite, tahina, pulco citron, huile d olive, cumin, sésame, mini blinis, zaatar	lait gluten sesame œufs
		Poulet sauce Romesco / Garniture du jour	poulet, poivron rouge tomates ail vinaigre de vin amandes effilochées chapelure piment d espelette, sel	sulfites, fruits à coques, gluten
		Crêpes Kiwi au sirop d'érable	crepe (lait farine sucre beurre œufs), kiwi, sirop d erable	lait gluten œufs
	Poisson	Salade de chou rouge et cantal	cantal, chou rouge, moutarde à l'ancienne, noix, vinaigre de cidre huile de pépin de raisins, herbes fraîches	lait, fruits à coques, moutarde sulfites celeri
		Saumon sauce vierge / Garniture du jour	saumon, capres, échalote, tomate, persil, huile d'olives, aneth, pulco citron vert, oignon rouge cerfeuil	poisson
	Végétarien	Crêpes Kiwi au sirop d'érable	crepe (lait farine sucre beurre œufs), kiwi, sirop d erable	lait gluten œufs
Tartelette de tomates cerises rôties		sablé parmesan, fromage frais, tomate cerise, thym, huile d'olive, sel et poivre	gluten, œufs, lait	
Salade d'orge au basilic et melon/Légumes verts		orge huile d olive sel poivre melon basilic/pois gourmand , pois maraicher , fèves , radis , pomme de terre, echalotes, huile de pepin de raisin , persil, haricots verts		
	Crêpes Kiwi au sirop d'érable	crepe (lait farine sucre beurre œufs), kiwi, sirop d erable	lait gluten œufs	
Mardi 20 septembre	Viande	Kefta de lentilles corail	sucrine , yaourt grec, lentille corail , boulgour , oignon , persil , jus de citron jaune, purée de poivron rouge , huile d'olive , ciboulette , double concentré de tomates, menthe, piment, cumin , paprika	lait, gluten
		Veau sauce moutarde et miel / Garniture du jour	veau ,moutarde, miel , oignon , huile d'olive , vinaigre de xeres , thym	celeris moutarde sulfites
		Trio de macarons	sucres glace , amandes , sucre , blanc d'oeuf , cremeux (lait , creme liquide, sucre , jaune oeuf , beurre , chocolat au lait gelatine de poisson) ou creme au beurre (beurre, œufs, sucre), différents aromes selon la livraison	lait gluten œufs fruits a coques, soja, poisson
	Poisson	Saumon fumé et blinis, yaourt citron ciboulette	saumon fume, blinis de ble noir, yaourt grec ,jus de citron, ciboulette ,echalote	poisson gluten lait œufs
		Cabillaud sauce chermoula / Garniture du jour	cabillaud ,ananas , courgette , poivron vert , tomate, jus de citron jaune ,corce d'orange, menthe , coriandre huile d'olive	poisson sulfites
	Végétarien	Trio de macarons	sucres glace , amandes , sucre , blanc d'oeuf , cremeux (lait , creme liquide, sucre , jaune oeuf , beurre , chocolat au lait gelatine de poisson) ou creme au beurre (beurre, œufs, sucre), différents aromes selon la livraison	lait gluten œufs fruits a coques, soja, poisson
Salade de riz et petit pois		riz basmati , riz sauvage ,petis pois, huile d'olive , ciboulette , coriandre , assaisonnement		
Risotto de fregola / Légumes d'été		pates fregola , creme liquide , vin blanc, echalotes , parmesan , citron , assaisonnement/ aubergine , courgette , huile d'olive , thym , ail , assaisonnement	lait gluten sulfites	
	Trio de macarons	sucres glace , amandes , sucre , blanc d'oeuf , cremeux (lait , creme liquide, sucre , jaune oeuf , beurre , chocolat au lait gelatine de poisson) ou creme au beurre (beurre, œufs, sucre), différents aromes selon la livraison	lait gluten œufs fruits a coques, soja, poisson	
Mercredi 21 septembre	Viande	Tomate d'antan pistou et bufala	tomates, huile de tournesol huile d olive basilic sel buffalo,	lait
		Boulettes de poulet à la coriandre, sauce yaourt menthe poivré / Garniture du jour	poulet ,coriandre, courgette , cresson , yaourt grec , oignon rouge , noix , citron , ciboulette , persil , huile d'olive , menthe , ail, raz el hanout	fruits à coques, lait
		Duo de pomme kiwi à la menthe	pomme, kiwi, menthe	
	Poisson	Terrine de poisson	cabillaud, œufs, creme, carottes, courgettes, pistou,	poisson, œufs, lait
		Merlu sauce ail et fines herbes / Garniture du jour	merlu, ail, oignon rouge , persil , ciboulette, huile d'olive, yaourt grec jus de citron	poisson, lait
	Végétarien	Duo de pomme kiwi à la menthe	pomme, kiwi, menthe	
Courgette en deux cuisson à l'ail		courgette, pignon de pin, huile d'olive, ail herbes de provence sel et poivre		
Chili sin carne		aubergine , courgette , carotte , oignon rouge , jus de citron jaune, epices colombo , cumin , epice curry madras, huile d'olive , assaisonnement , tomates concassées oignon, lentille corail , quinoa blanc , carotte , maïs , poivrons rouges et jaunes grillés à l'huile, ail , huile d'olive , sauce worcester , graine de moutarde , piment, coriandre	gluten, moutarde, poisson	
	Duo de pomme kiwi à la menthe	pomme, kiwi, menthe		

LE · CERCLE

Lundi 19 septembre au Vendredi 23 septembre

		Ingrédients	Allergènes	
Jeudi 22 septembre	Viande	Tatin d'échalotes et magret de canard fumé	echalotes , magret de canard fumé , sable parmesan , beurre , farine de ble , sel , assaisonnement , miel , huile de tournesol	lait, gluten, soja
		Crèmeux de Poulet au raz el Hanout / Garniture du jour	poulet , yaourt grec , chapelure pain de mic , oignon , oeuf , ciboulette , jus de citron jaune , raz el hanout , coriandre , poivre	gluten, lait, œufs
		Délice aux pommes	mousse pommes , creme liquide , meringue italienne , pommes , biscuit fin , cremeux caramel , appareil a crepes	lait gluten œufs sulfites poissons
	Poisson	Sablé parmesan, saumon fumé maison et crème de miso	saumon fume , sable parmesan , creme liquide , miso	poisson soja lait gluten
		Truite de mer, mousse de betterave et feta / Garniture du jour	truite de mer , betterave cuite , cream cheese , feta grecque , huile d'olive , vinaigre , moutarde , assaisonnement , basilic	gluten moutarde, lait, poisson, sulfites
		Délice aux pommes	mousse pommes , creme liquide , meringue italienne , pommes , biscuit fin , cremeux caramel , appareil a crepes	lait gluten œufs sulfites poissons
	Végétarien	Clafoutis de chèvre épinards	creme liquide fromage de chevre , oeuf , pousse epinard , muscade , assaisonnement , herbes de provence tomates confites	lait œufs
		Poêlée de légumes verts et confit de légumes estivaux	pois gourmand , pois maraicher , fèves , radis , pomme de terre , echalotes , huile de pepin de raisin , persil , herbes de provence , aubergine , courgette , sel poivre , huile d'olive	
		Délice aux pommes	mousse pommes , creme liquide , meringue italienne , pommes , biscuit fin , cremeux caramel , appareil a crepes	lait gluten œufs sulfites poissons
Vendredi 23 septembre	Viande	Caviar d'aubergine et pistou rouge	aubergine , oignon , jus de citron jaune , huile d'olive , ail , paprika fumé , piment , tomates confites , poivron , parmesan , pignon de pin , basilic	lait
		Pintade sauce melon menthe / Garniture du jour	pintade melon menthe miel vinaigre de xeres	sulfites
		Banana Bread et ganache chocolat	noix coco , lait , oeuf , beurre , sucre , farine de ble , banane trimoline baking , creme liquide , chocolat noir	lait œuf gluten
	Poisson	Ceviche de daurade à la prune	filet de daurade , tomate , prune , sel , fenouil poudre , aneth , miel , vinaigre de xeres , zeste de citron	poisson, sulfites
		Saumon sauce aneth citron / Garniture du jour	saumon fume yaourt grec aneth pulco citron sel poivre	poisson lait
		Banana Bread et ganache chocolat	noix coco , lait , oeuf , beurre , sucre , farine de ble , banane trimoline baking , creme liquide , chocolat noir	lait œuf gluten
	Végétarien	Duo de blinis et caviar d'aubergines-poivron	aubergine ,poivron , blinis oignon , jus de citron jaune , huile d'olive , ail , paprika fumé , piment	lait gluten œufs
		Taboulé libanais mozzarella di bufala / Pistou et tartare de tomates	boulgour , tomate , concombre , oignon , jus de citron jaune , huile d'olive , menthe , coriandre , mozzarella	gluten, lait
		Banana Bread et ganache chocolat	noix coco , lait , oeuf , beurre , sucre , farine de ble , banane trimoline baking , creme liquide , chocolat noir	lait œuf gluten

LE · CERCLE

Lundi 26 septembre au Vendredi 30 septembre

		Ingrédients	Allergènes	
Lundi 26 septembre	Viande	Rigatoni farci au chèvre et bresaola	rigatoni napa , fromage de chevre , cream cheese , bresaola, echalotes , ciboulette , assaisonnement, cerfeuil, paprika fumé	gluten lait
		Pavé de veau sauce gribiche / Garniture du jour	veau , mayonnaise (huile de tournesol , moutarde , jaune oeuf, jus de citron jaune) , oeuf, capres) , cornichon , echalotes, assaisonnement , estragon persil	œufs moutarde sulfites
		Pécan pie et chantilly sirop d'érable	noix pecan , pate sucee, chantilly mascarpone , creme d'amande , sucre , amandes , oeuf , crème pâtissière , sirop d'érable , oeuf beurre , sucre de canne , vanille	lait fruits a coques gluten œufs
	Poisson	Tartare de haddock sur sablé parmesan	haddock , sable parmesan , creme , miso	poisson soja lait gluten
		Saumon crème de miso / Garniture	saumon fume , creme , miso	poisson, lait soja
		Pécan pie et chantilly sirop d'érable	noix pecan , pate sucee, chantilly mascarpone , creme d'amande , sucre , amandes , oeuf , crème pâtissière , sirop d'érable , oeuf beurre , sucre de canne , vanille	lait fruits a coques gluten œufs
	Végétarien	Trio de houmous	pois chiche , huile olive vierge extra , blinis au ble noir , sel, betterave cuite, tahina , jus de citron jaune, cumin , basilic , sesame	gluten, sesame œufs lait
		Tajine végan	quinoa blanc , carotte , poivron jaune, courgette , aubergine , potiron , oignon, pois chiche, olives vertes , huile d'olive , sirop d'érable , ail , gingembre , concentré de tomate , raisins , citron confit , amande , safran , coriandre , cumin	fruits à coques sulfites
		Pécan pie et chantilly sirop d'érable	noix pecan , pate sucee, chantilly mascarpone , creme d'amande , sucre , amandes , oeuf , crème pâtissière , sirop d'érable , oeuf beurre , sucre de canne , vanille	lait fruits a coques gluten œufs
Mardi 27 septembre	Viande	Tarte à l'oignon confit et bleu d'auvergne	oignon , fromage bleu , sable parmesan (parmesan , beurre , farine de ble , sel) , sucre , huile de tournesol , herbes de provence	lait gluten
		Bœuf sauce aux champignons / Garniture du jour	vin blanc, bœuf, creme, champignon de paris , pleurotte, carotte, huile de tournesol	sulfites, lait
		Entremet poire chocolat	poire, biscuits fins chocolat (œufs, blanc d'œufs, jaune d'œufs, farine de ble cacao poudre creme liquide lait cremeux caramel (sucre creme liquide beurre sirop de glucose gelatine de poisson fleur de sel guerande vanille) miel sucre, gelatine de poisson jaune d'oeuf vanille	lait gluten œufs sulfites poissons
	Poisson	Purée de châtaigne et concassé de noisette	marrons entiers , , pistou basilic (huile d'olive , basilic , huile de tournesol , sel) , echalotes , noisettes , thym , assaisonnement	fruits a coques
		Cabillaud confit basse température au thym / Garniture du jour	cabillaud thym huile d olive baies roses ail	poisson
		Entremet poire chocolat	poire, biscuits fins chocolat (œufs, blanc d'œufs, jaune d'œufs, farine de ble cacao poudre creme liquide lait cremeux caramel (sucre creme liquide beurre sirop de glucose gelatine de poisson fleur de sel guerande vanille) miel sucre, gelatine de poisson jaune d'oeuf vanille	lait gluten œufs sulfites poissons
	Végétarien	Légumes façon bowl	betterave cuite , tofu , ananas , patate douce quinoa blanc , quinoa noir , fèves jus de citron jaune , huile d'olive , coriandre , cerfeuil , pate de curry , assaisonnement	soja moutarde
		Poêlée de légumes racines / Salade de fusilli au pistou rouge	patate douce , carotte , pomme de terre , poireaux , fenouil , navets ronds , huile d'olive , herbes de provence , assaisonnement / fusilli, tomates confites, poivron , parmesan, pignon de pin , basilic	gluten lait
		Entremet poire chocolat	poire, biscuits fins chocolat (œufs, blanc d'œufs, jaune d'œufs, farine de ble cacao poudre creme liquide lait cremeux caramel (sucre creme liquide beurre sirop de glucose gelatine de poisson fleur de sel guerande vanille) miel sucre, gelatine de poisson jaune d'oeuf vanille	lait gluten œufs sulfites poissons
Mercredi 28 septembre	Viande	Clafoutis au bleu, noix et sauge	creme , jaune oeuf , fromage bleu, noix , brocoli , sauge , herbes de provence assaisonnement muscade	lait œufs fruits a coques
		Poulet sauce au curry raisin et pomme / Garniture du jour	poulet , assaisonnement , lait de coco, raisins, pomme granny smith , cidre brut	sulfites
		Salade de fruits frais		
	Poisson	Salade de grenaille , fenouil à la moutarde à l'ancienne	pomme de terre grenaille roties , fenouil , echalotes, moutarde a l'ancienne, vin blanc , aneth	celeris moutarde sulfites
		Merlu sauce acidulé / Garniture du jour	merlu, creme , asperges, vin blanc, echalotes , parmesan, citron , assaisonnement	poisson lait sulfites
	Végétarien	Salade de fruits frais		
Sarrasin au noix et figue		sarrasin grille, figues, tomates confites , noix , brocoli , huile de noix, huile de pepin de raisin , jus d'orange , coriandre, cerfeuil , assaisonnement , herbes de provence	fruits a coques, sulfites	
Seitan sauce soja / Wok de légumes et riz		duo de riz radis blanc daikon , carotte , celeri , huile de sesame , sauce teriyaki , sesame, sauce soja, seitan	gluten soja celeri sesame	
	Salade de fruits frais			

LE · CERCLE

Lundi 26 septembre au Vendredi 30 septembre

		Ingrédients	Allergènes	
Jeudi 29 septembre	Viande	Salade de crevettes aux épices du bayou	avocat, haricots rouges, queue de crevettes, ciboulette, citron vert, assaisonnement, mélange cajun, huile olive	crustacés, moutarde
		Magret de canard sauce aux épices / Garniture du jour	magret de canard, clous de girofle anis étoilé poivre cardamome miel échalote	
		Délice aux pommes	mousse pommes, crème liquide, meringue italienne, pommes, biscuit fin, crèmeux caramel, appareil à crêpes	lait gluten œufs sulfites poissons
	Poisson	Potimarron aux épices rôti au miel	miel potimarron herbes de provence sel poivre épices dukan huile d'olive	
		Truite, mousse de betterave et feta / Garniture du jour	orge, truite, betterave cuite, cream cheese, feta grecque, huile d'olive, vinaigre, moutarde, assaisonnement, basilic	gluten moutarde, lait, poisson, sulfites
		Délice aux pommes	mousse pommes, crème liquide, meringue italienne, pommes, biscuit fin, crèmeux caramel, appareil à crêpes	lait gluten œufs sulfites poissons
	Végétarien	Salade de lentilles, pickles d'oignons	lentilles vertes, pickles d'oignons rouges, sucre, vinaigre, pomme granny smith, échalotes, vinaigre, huile de pépins de raisin ciboulette	sulfites
		Poêlée de légumes d'automne et duo de riz au herbes fraîches	patate douce, carotte, pomme de terre, poireaux, fenouil, navets ronds, huile d'olive, herbes de provence, sel, poivre blanc, muscade, riz sauvage, riz basmati, huile d'olive, ciboulette coriandre	
		Délice aux pommes	mousse pommes, crème liquide, meringue italienne, pommes, biscuit fin, crèmeux caramel, appareil à crêpes	lait gluten œufs sulfites poissons
Vendredi 20 septembre	Viande	Tatin de pomme et camembert	sable parmesan pomme gala camembert miel oignon calva	gluten lait
		Pavé de veau sauce à la provençale / Garniture du jour	veau tomates concassées, concentré de tomates herbes de provence vin blanc basilic	sulfites
		Flan vanille	lait, crème liquide, œuf, sucre, crème pâtissière, jaune œuf, classique vanille	lait œufs
	Poisson	Saumon fumé et crème d'aneth	saumon fumé crème aneth sel poivre	poisson lait
		Effiloché de raie sauce vierge / Garniture du jour	raie, capres, échalote, tomate, persil, huile d'olives, aneth, pulco citron vert	poisson
		Flan vanille	lait, crème liquide, œuf, sucre, crème pâtissière, jaune œuf, classique vanille	lait œufs
	Végétarien	Purée de carotte et œuf mollet	carottes, pomme de terre, lait, beurre, œuf, assaisonnement	lait œufs
		Salade de quinoa aux herbes / Mijoté aux abricots confits	quinoa blanc, quinoa noir, pulco citron vert, huile de pépin de raisin, oignon rouge, tomate, huile olive, persil, cerfeuil, coriandre assaisonnement	
		Flan vanille	lait, crème liquide, œuf, sucre, crème pâtissière, jaune œuf, classique vanille	lait œufs