



Semaine 12

Lundi 17 MARS

Brochette de dinde mexicaine
Filet de merlu

Riz au curry
Poêlée indienne

Mardi 18 MARS

Cassoulet toulousain
Gratin de légumes végétarien

Mogettes vendéennes
Julienne de légumes

Mercredi 19 MARS

Filet mignon aux morilles

Parmentier de bœuf
Acras de morue
Purée
Carottes à l'estragon

Jeudi 20 MARS

Ragout de bœuf irlandais
Fish stew gratin saumon

Purée colcannon
Poêlée gourmande asperge

Vendredi 21 MARS

Émincé de porc thaï
Poisson du jour

Quinoa
Ratatouille

Semaine 13

Lundi 24 MARS

Œuf florentine
Dos de colin aux crevettes et lait
de coco
Epinard
Purée mousseline

Mardi 25 MARS

Cordon bleu
Fajitas végétariennes

Riz pilaf
Poêlée bretonne

Mercredi 26 MARS

Filet de saumon grillé béarnaise

Burger maison
Sauté de volaille au citron
Bouillabaisse
Poêlée wok Marrakech

Jeudi 27 MARS

Paupiette de veau sauce forestière
Tarte au maroilles

Pommes boulangères
Blettes au jus

Vendredi 28 MARS

Escalope de dinde à la crème,
Fish and chips

Coquillettes
Brocolis

Semaine 14

Lundi 31 MARS

Rôti de bœuf au jus
Dos de cabillaud sauce vierge

PDT à la rillettes
Haricots verts tomates

Mardi 01 AVRIL

Rougail saucisses
Filet de colin meunière

Riz créole
Poêlée campagnarde

Mercredi 02 AVRIL

Côte de bœuf grillée

Colombo de poulet
Filet d'églefin sauce fruits
Macaroni
Poêlée de carottes

Jeudi 03 AVRIL

Sauté de bœuf stroganoff
Galette aux poireaux lardons

Lentilles
Chou romanesco

Vendredi 04 AVRIL

Endives au jambon
Filet de saumon

Semoule
Cordiale de légumes

Semaine 15

Lundi 07 AVRIL

Steak haché
Thon mi-cuit soja

Purée de pommes de terre
Haricots beurre échalotes

Mardi 08 AVRIL

Côte de porc charcutière
Dos de colin sauce petits légumes

Riz madras
Endives braisées

Mercredi 09 AVRIL

Spaghetti bolognaise
Pilon de poulet tandoori

Spaghetti
Petits pois

Jeudi 10 AVRIL

Sauté d'agneau printanier
Poisson du jour

Semoule
Printanière de légumes

Vendredi 11 AVRIL

Nems au poulet
Gratin de poisson

Blé aux petits légumes
Épinards à la crème

Tous les jours, nous proposons également : steak ou jambon grillé/ frites ou salade verte.

Les menus peuvent être modifiés suivant les approvisionnements.



Self Le Mans Gare
Tél. 02 43 24 63 29
Ouvert du Lundi au Vendredi
de 11h30 à 13h45

Self Le Mans Ateliers
Tél. 02 43 84 13 56
Ouvert du Lundi au Vendredi
De 11h35 à 13h00