

# le menu de la cuisine en velay



Semaine 2  
Du 5 au 11 janvier 2026

## Lundi

Salade de riz et maïs  
Porc au caramel  
Haricots verts persillés

Potage d'artichaut

## Mardi

Salade verte  
Navarin d'agneau  
Gratin dauphinois

Velouté de champignons

## Mercredi

Pâté de campagne  
Wings de poulet  
Purée de panais

Soupe vichyssoise

## Jendredi

Salade de lentilles et carottes râpées  
Paleron de bœuf  
Coquillettes au beurre

Soupe de poisson

## Vendredi

Cube de betteraves  
Saumon sauce citron  
Côtes de blettes persillées

Velouté de courgettes

## Samedi

Crêpe jambon  
Filet de poulet sauce moutarde miel  
Boullgur

Velouté de patates douces

## Dimanche

Maquereaux au vin blanc  
Tortillas  
Salsifis persillées  
**Galette des rois**

Velouté d'épinards

