

MARCHE DE PREPARATION ET LIVRAISON DE REPAS EN LIAISON FROIDE

**Résumé de préférence alimentaire des résidents
de la MAS FAM de Longeville les St Avold**

Les résidents aiment les plats simples.

Pas de sucré-salé.

Peu de graines (semoule, boulgour, quinoa...) à cause des risques de fausse route.

Pour les plats en sauce, il est souhaitable de mettre les sauces à part.

Exemples de plats appréciés :

Pour les entrées :

- pâté en croûte
- salade de pdt aux oignons
- salade jurassienne
- pâté de campagne et cornichon
- œuf dur sauce cocktail
- salade de radis
- salade de carottes
- salade de betterave
- tomate/mozzarella
- endives vinaigrette

Pour les plats principaux :

- coquillettes
- pommes röstis aux oignons- moelleux de dinde farci
- nuggets de poulet
- quiche lorraine- salade verte
- omelette
- poisson sauce hollandaise
- raviolis sauce napolitaine
- escalope viennoise
- jambon braisé sauce charcutière
- corolle de mer sauce au beurre blanc
- choucroute garnie
- cuisse de poulet marinée

- gratin de pommes de terre à la volaille
- assiette campagnarde- pdt rôties
- cabillaud à l'estragon
- cordon bleu
- pommes de terre boulangère
- pâtes à la carbonara
- saucisse à rôtir
- hachis Parmentier
- paella
- chipolata / purée
- pâtes à la bolognaise
- haricots beurre à l'échalote
- risotto
- bouchées à la reine
- poêlée de champignons
- quiche courgettes chèvre
- tartiflette
- bruschetta flamm
- pizza
- flageolets –carottes – rôti de bœuf
- vol-au vent

Pour les desserts :

- charlottine au chocolat
- fromage blanc stracciatella
- liégeois chocolat
- fromage blanc à la mandarine
- beignet chocolat
- crème caramel
- clafouti exotique
- tarte spéculoos
- petits suisses
- glace