



# La Pépinière Gourmande

L'ÉTAT D'ESPRIT DE LA  
MAISON

Vous vous trouvez dans une salle de classe qui ressemble,  
à s'y méprendre, à un restaurant.

Nous vous accueillons le mercredi midi  
et jeudi et vendredi soir.

Consultez nos menus et réservez en ligne sur [www.cadenelle.com](http://www.cadenelle.com)

Les menus sont susceptibles d'être modifiés pour des raisons  
pédagogiques.





# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

**S38**

**JEUDI 19 SEPTEMBRE**

20,00 €

Dîner

Salade franc comtoise **ou** Bavarois de haricots verts petite salade aux crevettes

Suprême de poulet au vin jaune, pommes fondantes et tatin de navet **ou** Pavé de cabillaud sauté au beurre, haricots blancs et épinards

Tarte aux pommes **ou** Crème brûlée

**S39**

**JEUDI 26 SEPTEMBRE**

20,00 €

Dîner

Bavarois de haricots verts petite salade aux crevettes **ou** Salade franc comtoise

Pavé de cabillaud sauté au beurre et haricots blancs et épinards **ou**  
Suprême de poulet au vin jaune Pommes fondantes et tatin de navet

Crème brûlée à la violette **ou** Tarte aux pommes

**S40**

**JEUDI 03 OCTOBRE**

20,00 €

Dîner

Grand repas

Menu non défini

**S41**

**MERCREDI 09 OCTOBRE**

10,00 €

Déjeuner

Macédoine de légumes sauce mayonnaise

Poulet rôti aux fines herbes, purée maison

Tarte aux pommes



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### JEUDI 10 OCTOBRE

20,00 €

Dîner

Œuf mollet bourguignon **ou** Tarte océane

Pochouse (bouillabaisse de poisson d'eau douce) **ou** Filet mignon de porc sauce moutarde, écrasé de pommes de terre et carottes glacées

Poire dijonnaise **ou** Chou chantilly

S42

### MERCREDI 16 OCTOBRE

20,00 €

Déjeuner

Macédoine de légumes sauce mayonnaise

Poulet rôti aux fines herbes, purée maison

Tarte aux pommes

### JEUDI 17 OCTOBRE

20,00 €

Dîner

Œuf mollet bourguignon **ou** Tarte océane

Pochouse (bouillabaisse de poisson d'eau douce) **ou** Filet mignon de porc sauce moutarde, écrasé de pommes de terre et carottes glacées

Poire dijonnaise **ou** Chou chantilly



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 18 OCTOBRE**

23,00 €

Dîner

Panisse **ou** Filets de rouget marinés

Carré d'agneau rôti aux herbes, légumes tournés **ou** Courge farcie aux cèpes et artichaut, riz de Camargue

Plateau de fromages affinés

Crème brûlée **ou** Faisselle du Rove miel de lavande et fruits secs

### **AUTOMNE**

**S45**

10,00 €

### **MERCREDI 06 NOVEMBRE**

Déjeuner

Quiche Lorraine salade verte sauce vinaigrette

Darne de colin pochée beurre fondu, pommes à l'anglaise

Crème renversée au caramel

### **JEUDI 07 NOVEMBRE**

20,00 €

Dîner

Gnocchis à la parisienne **ou** Œuf mollet croquant aux écrevisses

Pavé de saumon rôti beurre blanc, pommes de terre à l'anglaise et carottes glacées **ou** Sauté de veau Marengo, pommes château carottes glacées

Génoise sauce anglaise **ou** Chou à la crème à différents parfums



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 08 NOVEMBRE**

23,00 €

Dîner

Panisse **ou** Filets de rouget marinés

---

Carré d'agneau rôti aux herbes, légumes tournés **ou** Courge farcie aux cèpes et artichaut, riz de Camargue

---

Plateau de fromages affinés

---

Crème brûlée **ou** Faisselle du Rove miel de lavande et fruits secs

### **S46**

### **MERCREDI 13 NOVEMBRE**

10,00 €

Déjeuner

Quiche Lorraine salade verte sauce vinaigrette

---

Darne de colin pochée beurre fondu, pommes à l'anglaise

---

Crème renversée au caramel

### **VENDREDI 15 NOVEMBRE**

23,00 €

Dîner

Cygne de tomate et truite fumée **ou** Potage de potiron

---

Filet de thon mariné au gingembre et citronnelle, riz pilaf et carpaccio d'ananas **ou** Mignon de porc sauce moutarde, purée de marron et légumes de saison

---

Plateau de fromages affinés

---

Fiadone **ou** Œuf à la neige aux fruits secs et au miel



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

**S47**  
**MERCREDI 20 NOVEMBRE** 10,00 €

Déjeuner

Tarte à l'oignon

---

Darne de lieu pochée beurre fondu à l'orange, pomme à l'anglaise et brocolis vapeur

---

Crème opéra

**VENDREDI 22 NOVEMBRE** 23,00 €

Dîner

Cygne de tomate et truite fumée **ou** Potage de potiron

---

Filet de thon mariné au gingembre et citronnelle, riz pilaf et carpaccio d'ananas **ou** Mignon de porc sauce moutarde, purée de marron et légumes de saison

---

Plateau de fromages affinés

---

Fiadone **ou** Œuf à la neige aux fruits secs et au miel

**S48**  
**MERCREDI 27 NOVEMBRE** 10,00 €

Déjeuner

Tarte à l'oignon

---

Darne de colin pochée, beurre fondu, pommes à l'anglaise et brocolis vapeur

---

Crème opéra



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### JEUDI 28 NOVEMBRE

20,00 €

Dîner

Gnocchis à la parisienne **ou** Œuf mollet croquant aux écrevisses

Pavé de saumon rôti beurre blanc, pommes de terre à l'anglaise et carottes glacées **ou** Sauté de veau Marengo, pommes château carottes glacées

Génoise sauce anglaise **ou** Chou à la crème à différents parfums

### VENDREDI 29 NOVEMBRE

23,00 €

Dîner

Salade de poulpe à la marseillaise **ou** Potage de lentilles corail mousse de pois chiche

Bourride de lotte à la sétoise, pommes vapeur et brocolis **ou** Entrecôte au poivre, Gratin dauphinois et haricots verts beurre noisette

Plateau de fromages affinés

Crème catalane **ou** Mousse au chocolat

**S49**

### MERCREDI 04 DÉCEMBRE

10,00 €

Déjeuner

Quiche océane

Poulet sauté chasseur, pommes château et haricots verts

Petits pots de crème



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 06 DÉCEMBRE**

23,00 €

Dîner

Salade de poulpe à la marseillaise **ou** Potage de lentilles corail mousse de pois chiche

Bourride de lotte à la sétoise, pommes vapeur et brocolis **ou** Entrecôte au poivre, gratin dauphinois et haricots verts beurre noisette

Plateau de fromages affinés

Crème catalane **ou** Mousse au chocolat

### **S 50**

### **MERCREDI 11 DÉCEMBRE**

10,00 €

Déjeuner

Quiche océane

Poulet sauté chasseur, pommes château et haricots verts

Petits pots de crème

### **VENDREDI 13 DÉCEMBRE**

23,00 €

Dîner

Soupe savoyarde **ou** Fricassé de poivron et coques couronne briochée

Ballotine de saumon au vin rouge, navets et carottes glacés au Porto **ou** Suprême de volaille de Bresse aux morilles, riz et potiron rôti

Plateau de fromages affinés

Eclair au citron **ou** Poirier sauce chocolat





# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

**S51**  
**MERCREDI 18 DÉCEMBRE** 10,00 €

Déjeuner

Œuf poché façon Bourguignonne

---

Blanquette de volaille, riz pilaf **ou** Truite à la grenobloise, pommes à l'anglaise

---

Plateau de fromages affinés

---

Tarte à l'orange

**JEUDI 19 DÉCEMBRE** 20,00 €

Dîner

Salade Mantaise **ou** Mousse d'avocat aux crevettes

---

Filet de cabillaud rôti, pommes à l'anglaise et flan d'épinards **ou** Suprême de volaille de Loué sauté, garniture tourangelles

---

Tarte Tatin **ou** Moelleux au chocolat crème anglaise

**NÖEL**

**S2**

**JEUDI 09 JANVIER** 23,00 €

Dîner

Soupe savoyarde **ou** Fricassée de poivron et coques couronne briochée

---

Ballotine de saumon au vin rouge, navets et carottes glacés au Porto **ou** Suprême de volaille de Bresse aux morilles, riz et potiron rôti

---

Plateau de fromages affinés

---

Eclair au citron **ou** Poirier sauce chocolat



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

**S3**

**JEUDI 16 JANVIER**

Dîner

Menu examen 50% de remise sur le menu-carte

Table de 2 ou 4 personnes uniquement

20,00 €

**VENDREDI 17 JANVIER**

Dîner

Croustade d'œufs brouillés au jambon de Bayonne **ou** Tartare de saumon

—  
Sole meunière, gratin de blette et beurre blanc **ou** Suprême Magret de canard aux raisins, pommes sarladaises et haricots verts en croûte beurre noisette

—  
Plateau de fromages affinés

—  
Dans l'esprit de la forêt noire **ou** Tarte aux poires

23,00 €

**S4**

**MERCREDI 22 JANVIER**

Déjeuner

œuf poché façon Bourguignonne

—  
Blanquette de volaille, riz pilaf **ou** Truite à la grenobloise, pommes à l'anglaise

—  
Tarte à l'orange

10,00 €



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### VENDREDI 24 JANVIER

23,00 €

Dîner

Croustade d'œufs brouillés au jambon de Bayonne **ou** Tartare de saumon

Sole meunière, gratin de blette et beurre blanc **ou** Magret de canard aux raisins, pommes sarladaise et haricots verts en croûte beurre noisette

Plateau de fromages affinés

Dans l'esprit de la forêt noire **ou** Tarte aux poires

### S5

### VENDREDI 31 JANVIER

23,00 €

Dîner

Salade de pommes de terre aux herbes et aux pignons **ou** Bisque de crabe œuf neige caramel de Martini

Loup grillé à la marseillaise sauce beurre blanc, riz pilaf **ou** Jambonnette de volaille aux cèpes, gratin de pommes de terre

Plateau de fromages affinés

Ananas caramélisé glace vanille **ou** Moelleux Sablé breton crémeux aux agrumes et chocolat amer

### S6

### JEUDI 06 FÉVRIER

20,00 €

Dîner

Menu examen 50% de remise sur le menu-carte

Table de 2 ou 4 personnes uniquement



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 07 FÉVRIER**

23,00 €

Dîner

Salade de pommes de terre aux herbes et aux pignons **ou** Bisque de crabe œuf neige caramel de Martini

Loup grillé à la marseillaise sauce beurre blanc, riz pilaf ou Jambonnette de volaille aux cèpes gratin de pommes de terre

Plateau de fromages affinés

Ananas caramélisé glace vanille ou Sablé breton crémeux aux agrumes et chocolat amer

**S9**

### **MERCREDI 26 FÉVRIER**

10,00 €

Déjeuner

Velouté Dubarry **ou** Œufs farcis Chimay

Paupiette de Merlu velouté au Noailly, riz créole ou Poularde pochée sauce suprême, légumes glacés à blanc

Pithiviers

### **JEUDI 27 FÉVRIER**

20,00 €

Dîner

Tartine de rouget **ou** Profiterole d'escargot et de petits pois

Curry de poissons, riz madras et julienne de légumes **ou** Cuisse de pintadeau au vin de Bordeaux, polenta croustillante et carottes tournées

Ile flottante sauce anglaise **ou** Mille-feuille à la pistache

# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 28 FÉVRIER**

23,00 €

Dîner

Ceviche de poisson

---

Chili con carne

---

Plateau de fromages affinés

---

Déclinaison d'ananas

**S10**

10,00 €

### **MERCREDI 05 MARS**

Déjeuner

Velouté Dubarry **ou** Œufs farcis Chimay

---

Paupiette de Merlu velouté au Noailly, riz créole **ou** Poularde pochée sauce suprême, légumes glacés à blanc

---

Pithiviers

### **JEUDI 06 MARS**

20,00 €

Dîner

Tartine de rouget **ou** Profiterole d'escargot et de petits pois

---

Curry de poissons, riz madras et julienne de légumes **ou** Cuisse de pintadeau au vin de Bordeaux, polenta croustillante et carottes tournées

---

Ile flottante sauce anglaise **ou** Mille-feuille à la pistache

# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 07 MARS**

23,00 €

Dîner

Fricassé de moules et poireaux, mousse de carottes

---

Pavé de saumon vin rouge

---

Plateau de fromages affinés

---

Sablé breton aux agrumes

**S11**

### **MERCREDI 12 MARS**

10,00 €

Déjeuner

Moules Bouchots sauce poulette

---

Pavé de saumon, lentilles vertes au lard jus de volaille à l'huile d'olive ou Côte de porc charcutière, écrasée de pomme de terre

---

Crêpes au chocolat sauce chantilly

### **JEUDI 13 MARS**

20,00 €

Dîner

Velouté de chou-fleur aux coques **ou** Œuf mollet Florentine gratiné

---

Dos de saumon aux carottes vinaigrette d'agrumes, endive braisée à l'orange **ou** Jam Magret de canard à l'éraïlle, pommes paillasson et gratin de chou-fleur

---

Mousse au chocolat **ou** Mille-feuille aux pommes et beurre salé

# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 14 MARS**

23,00 €

Dîner

Soupe de patate douce aux épices

---

Combo terre mer

---

Plateau de fromages affinés

---

Ananas caramélisé

### **S12**

### **MERCREDI 19 MARS**

10,00 €

Déjeuner

Moules Bouchots sauce poulette

---

Pavé de saumon, lentilles vertes au lard jus de volaille à l'huile d'olive **ou** Côte de porc charcutière, écrasée de pomme de terre

---

Crêpes au chocolat sauce chantilly

### **JEUDI 20 MARS**

20,00 €

Dîner

Velouté de chou-fleur aux coques **ou** Œuf mollet Florentine gratiné

---

Dos de saumon aux carottes vinaigrette d'agrumes, endive braisée à l'orange **ou** Magret de canard à l'éraïlle, pommes paillason et gratin de chou-fleur

---

Mousse au chocolat **ou** Mille-feuille aux pommes et beurre salé

# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 21 MARS**

Dîner

Menu non défini à ce jour

23,00 €

### **S13**

### **MERCREDI 26 MARS**

Déjeuner

Salade lyonnaise ou Allumette au fromage salade verte sauce vinaigrette

—  
Carré de porc Choisy, mini courgettes et pommes château ou Pavé de saumon sauce vin rouge,  
patate douce rôti et caviar d'aubergine

—  
Panna cotta coulis de fruits rouges

10,00 €

### **JEUDI 27 MARS**

Dîner

Tartare de saumon **ou** Crème de butternut

—  
Suprême de poulet au romarin, gratin dauphinois **ou** Daurade au Riesling, épinards à la crème de riz

—  
Crème brûlée **ou** Tarte au citron

20,00 €



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 28 MARS**

Dîner

Menu non défini à ce jour

23,00 €

**S14**

### **MERCREDI 02 AVRIL**

Déjeuner

Feuilleté au Pont de l'Evêque **ou** Salade Niçoise

10,00 €

—  
Suprême de volaille vallée d'Auge, pommes Golden rôties Champignons de Paris, riz pilaf **ou**  
Cabillaud pané sauce tartare, riz pilaf aux courgettes

—  
Tarte Bourdaloue

### **VENDREDI 04 AVRIL**

Dîner

Soirée Caritative

Menu non défini à ce jour

50,00 €

**S17**

### **MERCREDI 23 AVRIL**

Déjeuner

Salade lyonnaise **ou** Allumette au fromage salade verte sauce vinaigrette

10,00 €

—  
Carré de porc Choisy, mini courgettes et pommes château **ou** Pavé de saumon sauce vin rouge;  
patate douce rôti et caviar d'aubergine

—  
Panna cotta coulis de fruits rouges

# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

**S17**

**VENDREDI 25 AVRIL**

Dîner

CCF

Table de 2 ou 4 personnes uniquement

23,00 €

**S18**

**MERCREDI 30 AVRIL**

Déjeuner

Feuilleté au Pont l'Evêque **ou** Salade Niçoise

10,00 €

—  
Suprême de volaille vallée d'Auge, pommes Golden rôties champignons de Paris, riz pilaf **ou**  
Cabillaud pané sauce tartare, riz pilaf aux courgettes

—  
Tarte Bourdaloue

**VENDREDI 02 MAI**

Dîner

CCF

Table de 2 ou 4 personnes uniquement

23,00 €

**S19**

**MERCREDI 07 MAI**

Déjeuner

Gaspacho de concombre tuile de sésame **ou** Salade Tarte fine à la tomate et au chèvre

—  
Filets de rouget rôtis, polenta crémeuse **ou** Cabillaud Magret de canard sauce poivre vert, pommes  
croquettes

—  
Œufs à la neige

10,00 €



# La Pépinière Gourmande

## LES MENUS

### **VENDREDI 09 MAI**

Dîner

23,00 €

CCF

Table de 2 ou 4 personnes uniquement

### **S20**

10,00 €

### **MERCREDI 14 MAI**

Déjeuner

Gaspacho de concombres tuile de sésame **ou** Tarte fine à la tomate et au chère

Filets de rouget rôtis, polenta crémeuse **ou** Jambonnette Magret de canard sauce poivre vert, pommes croquettes

Oeufs à la neige

### **VENDREDI 16 MAI**

23,00 €

Dîner

CCF

Table de 2 ou 4 personnes uniquement

### **S23**

### **MERCREDI 04 JUIN**

10,00 €

Déjeuner

Menu de saison non défini à ce jour