➔ *La cuisine se réserve le droit de modifier les menus en fonctions des stocks et des livraisons*

Mélavie

maison dynamique de qualité

ANIMATION ET MENU DE LA SEMAINE

Du Lundi 5 octobre

au dimanche 11 octobre 2026

Noël 2025 à Mélavie

➔ *La cuisine se réserve le droit de modifier les menus en fonctions des stocks et des livraisons*

	Lundi 5 octobre	Mardi 6 octobre	Mercredi 7 octobre
Déjeuner	• Gaspacho tomate et pastèque • Salade estivale (aubergine, concombre, roquette, tomate, poulet) • Clafoutis	• Carottes râpées et coriandre • Emincé de bœuf et écrasé de patate douce • Panna cotta fruits rouges	• Houmous • Poulet, poivrons, tomates à la provençale • Pâtes • Poire caramel
Salon Anémone	**11h-11h30 : Gym douce** **14h30-16h : Lecture de contes** **16h45-17h45 : Ballon Yoga**	**11h-11h30 : Gym douce** **13h45-14h45 : Sonothérapie** **15h-17h : Massage**	**11h-11h30 : Gym douce** **14h-15h : Stimulation cognitive** **17h-18h : Ecriture sous induction musicale**
Petit Camélia	**16h30-18h : Ecriture sous induction musicale**	**14h45-15h45 : Sonothérapie**	**13h30-14h30 : Messe**
Salon Camélia	**11h-11h30 : Gym douce** **14h30-16h : Fitness yoga** **16h-17h : Atelier équilibre**	**11h-12h : « Le rendez-vous de 11h »** **14h-16h : Activité manuelle** **16h-17h30 : Atelier mémoire**	**11h-12h : « Le rendez-vous de 11h »** **14h30-16h30 : Chorale**
Salon 1er étage			**15h à 16h – Stimulation cognitive**
Goûter	• Gâteau fait maison	• Melon	• Mini viennoiseries
Diner	• Bouillon vermicelles • Saucisse fumée et pommes de terre fraîches à l'ail • Yaourt aux fruits ou fruit	• Soupe à l'oignon • Quiche tomate mozzarella • Faisselle	• Soupe de poisson • Tian de légumes (tomates, courgettes, aubergine) et feta émiettée • Fruits

Planning de la semaine du lundi 5 octobre au dimanche 11 octobre 2026

	Jeudi 8 octobre	Vendredi 9 octobre	Samedi 10 octobre	Dimanche 11 octobre
Déjeuner	• Salami et salade verte • Boudin blanc au cidre et au deux pommes • Glace	• Concombre à la crème • Merlu, ratatouille fraîche • Boulgour • Fruit de saison	• Crudités variées • Jambon grillé en sauce, macaroni et brocolis • Crème renversée	• Céleri rémoulade • Crevettes sautées à l'huile de coco • Purée de patate douce • Bavarois aux fruits rouges
Salon Anémone	**11h-11h30 : Gym douce 14h30-16h : Sonothérapie 16h-18h – Ballon et Yoga**	**11h-11h30 : Gym douce 16-17h30 : Atelier mémoire**	**14h-15h : Soins mains et visages 15h-16h : Loto**	**14h-15h : Atelier musical 15h-16h : Jeu de société**
Petit Camélia	**13h30-14h30 : Sonothérapie**	**10h30-11h30 – ça roule (ergothérapeute) 14h-16h : Atelier équilibre**		
Salon Camélia	**11h-12h : « Le rendez-vous de 11h » 14h30-16h : Yoga et Fitness 16h-18h : Quizz (Musicothérapie)**	**11h-12h : « Le rendez-vous de 11h » 14h-16h : Oh les mains 15h-17h : Massage**	**11h-12h : « Le rendez-vous de 11h » 14h-15h : Petit bac 15h-16h : Jeu de société**	**14h-15h : Petit bac 15h-16h : Loto**
Salon 1er étage		**10h-12h : Stimulation cognitive (Orthophoniste)**		
Goûter	• Salade de fruits	• Tarte du chef	• Corbeille de fruits	• Flan
Diner	• Soupe au lait • Tourte fraîche aux jambons • Yaourt / fruit	• Potage carotte • Omelette aux lardons et courgettes • Mousse au chocolat	• Bouillon de vermicelles • Salade fraîche d'été • Crème dessert	• Soupe aux trois légumes • Feuilleté au fromage • Salade • Compote

➔ *La cuisine se réserve le droit de modifier les menus en fonctions des stocks et des livraisons*

Cette semaine, nous fêtons l'anniversaire de :

- ***Mme Jeanne Daoust** fêtera ses 97 ans, le mercredi 7 octobre.*
- ***Mme Josette Hurtrel** fêtera ses 86 ans, le samedi 10 octobre.*

Octobre

Octobre arrive en douceur,
Avec ses feuilles aux mille couleurs,
Le matin devient un peu plus frais,
Mais le soleil nous sourit encore après.

Les arbres se parent de doré,
Les feuilles commencent à tomber,
Et dans les jardins silencieux,
L'automne s'installe peu à peu.

Profitons de ces beaux instants,
De la lumière et du temps présent,
Car chaque saison, à sa manière,
Nous offre un petit coin de lumière.