



Les Quatre Cadrans

# NEWSLETTER

Février 2026

**N'oubliez pas de scanner pour visiter notre page Facebook**



## Bon mois de février

Découvrez dans cette newsletter les animations prévues, les temps forts du mois et les menus qui vous attendent à l'EHPAD Les 4 Cadrans.

## ANIMATIONS

### Jeudi 05

Chandeleur

10h30 : Atelier préparation pâte à crêpes.  
15h : Dégustation avec les enfants de l'école maternelle

### Jeudi 12

14h : Commission des menus-restauration avec responsables cuisine centrale et résidents

### Jeudi 26

15h : Messe

### Vendredi 06

15h : Passage du défilé Carnaval, salle à manger

### Mardi 10

14h : Sortie EHPAD de Gouzon - Invitation Goûter Crêpes

### Jeudi 19

Rencontre-initiation consoles de jeux avec Théo organisateur et 6 adolescents du Squat Ados

### Vendredi 27

Réunion du CVS avec les représentants de familles et de résidents



# INFORMATION

## POUR LES FAMILLES/PROCHES

### Rappel des bonnes pratiques lors de vos visites à l'EHPAD Les 4 Cadrans

#### Mesdames, Messieurs,

Dans un souci de sécurité, de respect de chacun et de bon déroulement des visites, nous souhaitons vous rappeler quelques bonnes pratiques essentielles, mises en place dans l'intérêt des résidents comme des visiteurs.



#### Respect des gestes barrières

Afin de limiter les risques sanitaires et de protéger les personnes les plus fragiles, nous vous remercions de bien vouloir :

- Procéder à une friction des mains avec la solution hydroalcoolique (SHA) à votre arrivée et au cours de la visite si nécessaire ;
- Porter un masque durant toute la durée de la visite, y compris en chambre.

#### Respect de l'autonomie des résidents

Chaque résident dispose de capacités et de besoins qui lui sont propres. L'équipe soignante accompagne au quotidien chacun d'eux.

Nous vous remercions donc de :

- Ne pas intervenir seul(e) auprès d'un résident (aide aux déplacements, installation, soins, etc.) ;
- Faire appel à un membre de l'équipe si un résident exprime un besoin ou semble en difficulté.

Ces consignes ne visent en aucun cas à restreindre votre présence, mais bien à garantir la sécurité, la dignité et le respect de l'autonomie de chaque résident, dans une collaboration sereine entre les familles et les professionnels.

Nous vous remercions sincèrement pour votre compréhension et votre coopération, et restons bien entendu disponibles pour toute question ou tout échange.

## LES MENUS DU MOIS



# Menus du 02 au 08 février 2026

## JOUR

## MATIN

## SOIR

**LUNDI**  
**02/02**



*Carottes râpées  
Langue de bœuf  
sauce piquante -  
Purée de pommes de  
terre - Fromage  
Crêpe*



*Potage - Jambon  
braisé - Haricots  
beurres persillés  
Fromage ou Laitage  
Flan*

**MARDI**  
**03/02**



*Maquereaux  
Petit salé aux  
lentilles  
Fromage  
Tarte au chocolat*



*Potage  
Pommes de terre à  
la crème  
Fromage ou Laitage  
Salade de fruits*

**MERCREDI**  
**04/02**



*Pâté de campagne  
Poulet rôti au jus -  
Petit pois  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Gratin de poireaux  
au bleu  
Fromage ou Laitage  
Liégeois*

**JEUDI**  
**05/02**



*Jambon blanc  
Pâté aux pommes de  
terre - Salade  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Œufs durs - Choux  
fleur gratinés  
Fromage ou Laitage  
Crème dessert*

**VENDREDI**  
**06/02**



*Céleri rémoulade  
Dos de cabillaud  
sauce chorizo -  
Epinards - Fromage  
Riz au lait*



*Potage  
Cake au jambon -  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Ile flottante*

**SAMEDI**  
**07/02**



*Salade de choux  
romanesco  
Bœuf strogonoff -  
Penne  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Haricots verts à la  
volaille épicée  
Fromage ou Laitage  
Crème brûlée*

**DIMANCHE**  
**08/02**



*Œuf poché et mache  
Blanquette de veau à  
l'ancienne - Riz pilaf  
Fromage  
Brownie et crème  
anglaise*



*Potage  
Boudin blanc aux  
pommes  
Fromage ou Laitage  
Salade de fruits*



**BON APPÉTIT !**





# Menus du 09 au 15 février 2026

**JOUR**

**MATIN**

**SOIR**



**LUNDI  
09/02**



*Sardines à l'huile  
Fricassée de dinde à  
la moutarde - Salsifis  
à l'ail - Fromage  
Gâteau de semoule*



*Potage  
Parmentier de  
poisson - Salade  
Fromage ou Laitage  
Salade de fruits*

**MARDI  
10/02**



*Haricots verts  
vinaigrette  
Rôti de porc au jus -  
Choux de Bruxelles  
Fromage  
Tarte aux fruits*



*Potage  
Macaronis à la  
bolognaise  
Fromage ou Laitage  
Flan*

**MERCREDI  
11/02**



*Salade de pommes de  
terre Harengs  
Sauté de veau à  
l'ancienne - Flageolets  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Quenelles sauce  
forestière - Riz pilaf  
Fromage ou Laitage  
Pommes au four*

**JEUDI  
12/02**



*Jambon blanc  
Fondu - Frites,  
salade  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Œufs durs Chimay -  
Semoule  
Fromage ou Laitage  
Compote*

**VENDREDI  
13/02**



*Salade de choux  
Brandade de poisson  
- Salade  
Fromage  
Liégeois*



*Potage  
Quiche lorraine -  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Liégeois*

**SAMEDI  
14/02**



*Betteraves rouges au  
thon - Rissollette de  
veau - Pâtes  
Fromage  
Compote*



*Potage  
Gratin de butternut  
au jambon - Salade  
Fromage ou Laitage  
Œuf au lait*

**DIMANCHE  
15/02**



*Haricots rouges au  
thon - Bœuf sauce  
piquante - Endives  
braisées - Fromage  
Paris Brest*



*Potage  
Crêpes fourrées  
maison - Salade  
Fromage ou Laitage  
Compote*



**BON APPÉTIT !**





# Menus du 16 au 22 février 2026

**JOUR**

**MATIN**

**SOIR**



**LUNDI  
16/02**



*Brocolis vinaigrette  
Andouille de viande  
- Pommes vapeur  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Œufs durs à la  
florentine  
Fromage ou Laitage  
Gâteau de riz*

**MARDI  
17/02**



*Maquereaux  
Choucroute  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Carottes à la volaille  
Fromage ou Laitage  
Crème Dessert*

**MERCREDI  
18/02**



*Lentilles au saumon  
Cuisse de poulet rôti -  
Poêlée légumes  
oubliés  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Hachis parmentier -  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Liégeois*

**JEUDI  
19/02**



*Cervelas vinaigrette  
Sauté de bœuf  
forestier - Pennes  
Fromage  
Flan pâtissier*



*Potage  
Tarte au fromage -  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Compote*

**VENDREDI  
20/02**



*Salade de choux  
frisé aux lardons  
Feuilleté de poisson  
épinards - Salade  
Fromage - Fruit*



*Potage - Poêlée  
campagnarde  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Flan*

**SAMEDI  
21/02**



*Carottes râpées  
Jambon braisé sauce  
madère - Haricots  
blancs persillés  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Cannellonis gratinés  
- Salade  
Fromage ou Laitage  
Salade de fruits*

**DIMANCHE  
22/02**



*Pâté de tête  
Coq au vin -  
Pommes röstis  
Fromage  
Tarte aux pommes*



*Potage  
Boudin blanc aux  
pommes  
Fromage ou Laitage  
Compote*



**BON APPÉTIT !**





# Menus du 23 février au 1er mars 2026

**JOUR**

**MATIN**

**SOIR**



**LUNDI  
23/02**

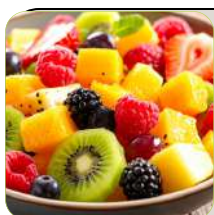


*Céleri rémoulade  
Choux farci sauce  
tomate - Pâtes  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Gratin de poisson -  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Crème dessert*

**MARDI  
24/02**



*Œufs durs mayonnaise  
Rouelle de porc  
braisée - Haricots  
blancs  
Fromage  
Fruit*



*Potage  
Gratin de brocolis  
aux lardons  
Fromage ou Laitage  
Gâteau de semoule*

**MERCREDI  
25/02**



*Maquereaux à la  
moutarde -Rognons  
sauce madère -  
Pommes duchesses  
Fromage  
Tropézienne*



*Potage -Omelette  
aux champignons  
Salade  
Fromage ou Laitage  
Pomme au four*

**JEUDI  
26/02**



*Betteraves rouges  
vinaigrette  
Boulettes de bœuf  
sauce piquante -  
Semoule  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Feuilleté Jambon/  
Fromage - Salade  
Fromage ou Laitage  
Compote*

**VENDREDI  
27/02**



*Duo de saucisson  
Aile de raie aux  
câpres - Pommes  
persillées  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Endive au jambon  
Fromage ou Laitage  
Mousse chocolat*

**SAMEDI  
28/02**



*Macédoine de  
légumes  
Pot au feu et ses  
légumes  
Fromage - Fruit*



*Potage  
Rôti de dinde -  
Carottes à la crème  
Fromage ou Laitage  
Flan*

**DIMANCHE  
1ER/03**



*Pâté en croûte  
Poule au pot - Riz  
pilaf  
Fromage  
Brioche perdue*



*Potage - Roulé au  
fromage - Salade  
Fromage ou Laitage  
Compote de fruits  
crus*



**BON APPÉTIT !**





***Veillez noter que les menus peuvent être ajustés en cas de problèmes d'approvisionnement ou techniques. La viande utilisée est d'origine de l'Union européenne.***

**bon appétit  
et bonne année 2026**



**DIRECTION COMMUNE**  
EHPAD Ajain\_Boussac\_Châtelus-Malvaleix