



	MIDI	SOIR
LUNDI	Salade de pomme de terre à l'échalote Steak de bœuf Haricots verts Emmental Pomme	Flan de légumes Salade verte Yaourt Compote
MARDI	Carottes râpées Filet de dinde Penne aux tomates Chèvre Salade de fruits	Wok de crevettes aux légumes Fromage frais Banane
MERCREDI	Betteraves Pavé de poisson en papillote Riz aux brocolis Chèvre Fraises	Soupe de carottes à la coriandre Salade composée (salade verte, dés de bacon, œuf dur, tomates cerises) Fromage frais et pain aux noix grillé Compote
JEUDI	Salade cœur de palmier et maïs Escalope de veau Poêlée de légumes Camembert Abricots	Omelette aux fines herbes Salade de mâche Petit suisse
VENDREDI	Riz niçoise Pavé de saumon grillé à l'aneth Fondue de poireaux Yaourt Pomme	Tarte fine aux légumes et chèvre Papillote de fruit
SAMEDI	Concombre au yaourt et ciboulette Filet de poulet grillé au paprika Gratin de chou fleur et P de Terre Fromage Abricots	Brochette de crevettes Tian de légumes Pana cota coulis de mangue
DIMANCHE	Chou râpé aux pomme et raisins Filet mignon sauce tomate Spaghettis Tarte fine ricotta framboise	Poireaux vinaigrette et œuf mollet Fromage blanc Compote



MIDI

SOIR

LUNDI

Salade asiatique
(chou chinois, carotte, maïs, P de Terre, Emincé de poulet
sauce au curry au fromage blanc)
Salade fraises, framboises, mûres

Artichaut sauce crème légère
Jambon cru
Fromage blanc au miel

MARDI

Avocat au citron
Filet de lieu en papillote
Blé et tomates
Yaourt nature
Fraises

Œufs cocotte aux champignons
Salade verte
Compote de fruit

MERCREDI

Betterave et mâche
Escalope de veau sauce citron
Pâtes aux courgettes
Fromage
Abricots

Gratin de blettes au jambon
Yaourt vanille

JEUDI

Salade d'endives aux noix
Rôti de porc
Jardinière de légumes
Yaourt
Pomme

Tortillas au champignons et fromage
Compote de rhubarbe

VENDREDI

Carottes râpées au citron
Filet de saumon
Lentilles
Fromage
Mangue

Cannellonis Epinard fromage frais et noix
Roquette
Brochette de fruit

SAMEDI

Tomate farcie rilette de thon
Côtelette d'agneau
Ecrasé de pomme de terre à l'huile d'olive
Fraises

Tarte au thon et à la tomate
Salade verte
Glace vanille

DIMANCHE

Asperges gratinées au comté
Filet de bœuf
Purée de patate douce au curry
Fromage
Brochette de fruits

Salade de mâche betterave
Œufs durs et noix
Pomme



	MIDI	SOIR
LUNDI	Champignons à la crème ciboulette Pavé de poisson vapeur sauce citron Riz Coulommiers Abricots	Tomate farcie mélange céréales et fromage frais Faisselle aux fruits rouge
MARDI	Salade de haricots blancs à la tomate Steak de boeuf Haricots verts Yaourt Pomme	Quiche (Brocolis et filet de truite fumée) Salade verte Compote
MERCREDI	Salade de pâtes Filet de poulet grillé aux herbes Purée de carotte au curcuma Fromage Salade de fruit	Gaspacho à la tomate Poisson vapeur et Aioli sauce légère (Fromage blanc, œuf dur mixé, ail, moutarde) Mélange de fruits rouges et fromage blanc
JEUDI	Radis Emincé de dinde au curry doux Lentilles corail Fromage Prune	Omelette aux champignons Salade verte Crème dessert légère
 VENDREDI	Cœur de palmier et tomates Pavé de julienne au citron Pomme de terre vapeur Mimolette Mangue	Gratin de poireaux aux dés de jambon Verrine compote pomme/petit beurre/kiwi
SAMEDI	Concombre et tomates Poulet rôti Ratatouille Fromage Fruit au sirop léger	Lasagnes de courgettes au saumon Salade verte Compotée de fruits
DIMANCHE	Terrine de poisson sauce citron Steak de thon grillé au thym Tian de légumes Sorbet	Taboulé de quinoa Fromage Cerises



	MIDI	SOIR
LUNDI	Salade verte Spaghettis sauce bolognaise Parmesan Compote	Œufs brouillés piperade Salade de tomates Yaourt Pêche
MARDI	Concombre ciboulette Escalope de dinde Ratatouille – semoule Yaourt Pomme	Courgette farcie au poulet Emmental Salade de fruits
MERCREDI	Salade méli-mélo et radis Steak haché Haricots verts – pomme de terre Camembert Cerises	Brick aux légumes Salade verte Compote fraises - Rhubarbe
JEUDI	Carottes râpées Filet de colin à la provençale Courgettes poêlées Riz au lait	Salade de lentilles au thon (lentilles, tomates, poivrons, concombre, thon, dés de fromage) Pêche
VENDREDI	Cœur d’artichaut et macédoine Filet mignon au thym et citron Ratatouille Chèvre Abricots	Tarte au céleri Salade verte Compote
SAMEDI	Tomates mozzarella Escalope de volaille croustillante Haricots verts Pastèque	Curry de légumes et crevettes Papillote de fruit et glace vanille
DIMANCHE	Salade de pâtes Brochette de canard Brochette de légumes (champignons, tomates cerises, courgettes) Fromage Tarte aux abricots	Salade brésilienne (Haricot plat, radis, ananas, cœur de palmier, salade mêlée, miel huile d’olive, jus de citron) Fromage blanc