



MIDI

SOIR

LUNDI

Salade de lentilles, haricots verts, roquefort,
noix et œuf poché
Compote pomme/poire

Velouté de carottes au curry
Pain au levain toasté et fromage frais
Ananas

MARDI

Pâtes complètes aux brocolis, pois chiches et
amandes sauce ricotta
Orange

Gratin de potimarron et châtaignes au jambon
cru
Yaourt

MERCREDI

Papillote de poulet aux poireaux
Quinoa
Fromage
Salade orange, kiwi

Roesti de céleri, carottes, oignons
Salade verte
Faisselle

JEUDI

Parmentier de cabillaud aux pommes de terre
et choux fleur, herbes fraîches
Fromage
Pomme au four à la cannelle

Soupe de céleri rave
Œuf cocotte aux champignons
Yaourt

VENDREDI

Filet mignon aux olives, sauce fraîche au
fromage blanc et tomates cerises
Semoule
Fromage
Clémentines

Soupe de légumes
Risotto aux crevettes
Fromage blanc au coulis de fruit

SAMEDI

Wok de bœuf aux légumes et sauce soja
Fromage
Banane

Lasagnes épinards chèvre
Salade de fruits

DIMANCHE

Choucroute au poisson
Poêlée de légumes
Papillote de fruits à la vanille

Salade de radis noir aux pommes granny et
Emmental, croûton de pain au levain
Fruit