

PETIT-DEJEUNER

Café, thé ou cacao
 Pain, beurre et confiture, céréales
 Yaourt
 Jus d'orange et fruit

LUNDI MIDI

Salade verte
 Crudités
 Cake aux olives
 Melon
 Steak haché
 Frites
 Haricots verts
 Yaourt ou fromage

Panacotta aux fruits rouges

Fruits

LUNDI SOIR

Salade verte
 Crudités

☞

Couscous
 Merguez

☞

Yaourt ou fromage

☞

Compote et son biscuit

☞

Fruits

MARDI MIDI

Salade verte
 Radis
 Pastèque

☞

Colombo de porc
 Filet de hoki sauce épicée
 Riz

Poêlée de légumes

☞

Yaourt ou fromage

☞

Fraises à la menthe fraîche

☞

Fruits

MARDI SOIR

Salade verte
 Crudités
 Charcuterie

☞

Tarde aux légumes

☞

Yaourt ou fromage

☞

Fruits

MERCREDI MIDI

Salade verte
 Avocat
 Mille feuilles de chou

☞

Aiguillettes de canard
 Filet de truite au beurre
 noisette

Purée de légumes

☞

Polenta

☞

Yaourt ou fromage

☞

Moelleux au chocolat (Maison)

☞

Fruits

MERCREDI SOIR

Salade verte
 Crudités

Soupe de légumes

☞

Parmentier de légumes

Viande hachée

☞

Yaourt ou fromage

☞

Mousse au chocolat

☞

Fruits

JEUDI MIDI

Salade verte
 Crudités
 Gratin à l'oignon
 Surimi

☞

Roti de veau

Filet de lieu noir

Champignons persillés

Gnocchis

☞

Yaourt ou fromage

☞

Fromage blanc stracchiatella

☞

Fruits

☞

JEUDI SOIR

Salade verte
 Crudités

☞

Lasagnes épinards chèvre

☞

Yaourt ou fromage

☞

Fruits

☞

Fruits

VENREDI MIDI

Soufflés au fromage
 Salade verte
 Tomates mozzarella

☞

Escalopes panées

Petits pois carottes

☞

Yaourt ou fromage

☞

Tarte aux pommes

☞

Manger équilibré c'est composer son plateau avec

Viande - poisson
 Légumes et crudités
 Laitages
 Féculents



Approuvé par

[Signature]