

# MENUS STANDARD 5 JOURS

## SEMAINE 1

LUNDI 04	MARDI 05	MERCREDI 06	JEUDI 07	VENDREDI 08
MELON	ŒUF DUR MAYONNAISE PARMENTIER DE LÉGUMES ----- FROMAGE MOUSSE AU CHOCOLAT	BETTERAVES VINAIGRETTE	TARTARE DE TOMATES	CERVELAS
PANÉ CROUSTILLANT DE POULET		SAUMON GRILLÉ	SAUTÉ DE PORC A LA PROVENÇALE	FISH BURGER
CROQUETTES DE PDT		POMMES VAPEUR, COURGETTES À L'AIL	PURÉE, HARICOTS PLATS	POTATOES
FROMAGE		PETIT SUISSE	YAOURT NATURE	PETIT SUISSE
FRUIT DE SAISON		FLAN PATISSIER	FRUIT DE SAISON	BROWNIE

## SEMAINE 2

LUNDI 11	MARDI 12	MERCREDI 13	JEUDI 14	VENDREDI 15
CÉLÉRI RÉMOULADE	SALADE COLESLAW GRATIN DE PDT AUX LÉGUMES ----- FROMAGE ŒUFS AU LAIT	MUSEAU VINAIGRETTE	RADIS BEURRE	ROSETTE
FRICADELLE DE BŒUF		POITRINE DE VEAU FARCIE	SAUTÉ DE POULET AU CURRY	COLIN A LA PROVENÇALE
POÉLÉE LYONNAISE		POMMES RISSOLÉES, PIPERADE	CŒUR DE BLÉ, BROCOLIS	RIZ, JULIENNE DE LÉGUMES
FROMAGE		PETIT SUISSE	YAOURT NATURE	YAOURT NATURE
FRUIT DE SAISON		MOELLEUX CHOCOLAT	COMPOTE	MOELLEUX ABRICOT

## SEMAINE 3

LUNDI 18	MARDI 19	MERCREDI 20	JEUDI 21	VENDREDI 22
CHOU FLEUR VINAIGRETTE	RIZ NIÇOIS QUENELLE NATURE BRUNOISE PROVENÇALE FROMAGE LIÉGEOIS CHOCOLAT	CONCOMBRE À LA GRECQUE	SALADE DE LENTILLES	TERRINE DE CAMPAGNE
SAUCISSE DE TOULOUSE		BROCHETTE DE DINDE À LA PROVENÇALE	BŒUF STROGONOFF	BEIGNETS DE POISSON
MOGETTES À LA TOMATE		POMMES SAUTÉES, HARICOTS BEURRE	MACARONIS, COURGETTES EN PERSILLADE	BOULGOUR, EPINARDS À LA CRÈME
FROMAGE		PETIT SUISSE	YAOURT NATURE	FROMAGE
FRUIT DE SAISON		TARTE AUX POMMES	FRUIT DE SAISON	TARTE CHOCOLAT

## SEMAINE 4

LUNDI 25	MARDI 26	MERCREDI 27	JEUDI 28	VENDREDI 29
MACÉDOINE VINAIGRETTE	TABOULÉ ŒUFS À LA FLORENTINE PDT VAPEUR FROMAGE FROMAGE BLANC AUX FRUITS	SALADE VERTE AUX NOIX ET CROUTONS	CAROTTES RAPÉES	RILLETES DE PORC
STEAK HACHÉ À L'ÉCHALOTE		CUISSE DE POULET AU JUS	EMINCÉ DE DINDE À LA CRÈME	POISSON MEUNIÈRE
Frites		POMMES DAUPHINES, CARDES	QUINOA, RATATOUILLE	RIZ, FONDUE DE POIREAUX
FROMAGE		PETIT SUISSE	YAOURT NATURE	FROMAGE BLANC
FRUIT DE SAISON		GATEAU BASQUE	COMPOTE	TARTE COCO

## SEMAINE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----

# SEPTEMBRE

REPAS VEGETARIEN

REPAS BIO