

JOUR		DINER	SOUPER
<b><u>LUNDI</u></b> 19-janv	dés/haché/mixé porc moutarde  mixé chicon Dés courgette	Potage Epinard Jambon braisé sauce miel moutarde Chicons N (2 pièces) Pommes vapeur Fruit frais	Salade d'œufs ciboulette Salade mixte - haricots fins cuits froids N (AS)-vinaigrette  Yaourt aux fruits
<b><u>MARDI</u></b> 20-janv	dés/haché/mixé poisson citron  mixé brocoli Brocolis Dés brocoli	Potage Courgette Filet de merlu meunière rondelle citron Purée aux brocolis  Fruits frais	Salade de porc dijonnaise Salade verte-carottes râpées - oignons N - vinaigrette  Crème pralinée
<b><u>MERCREDI</u></b> 21-janv	dés/haché/mixé quorn tomate  mixé chou fleur Chou-fleur Dés chou fleur	Potage Navet  Chili sin carne Riz sauvage  Fruit frais	Salade de saumon à l'aneth carottes râpées-vinaigrette vinaigrette arrabiata Yaourt entier nature sucré
<b><u>JEUDI</u></b> 22-janv	dés/haché/mixé volaille curry  mixé haricots fins Haricots fins Dés chou romanesco	Potage Carotte Cuisse de poulet (OK SS) sauce moutarde Haricots fins cuits froids N - vinaigrette Purée Fruit frais	Gouda & Brie  salade de blé-chou rouge -vinaigrette Riz au lait
<b><u> VENDREDI</u></b> 23-janv	dés/haché/mixé saumon aneth  mixé potiron Bouquetière Dés bouquetière	Potage Chicon Dos de cabillaud (OK SS) sauce tomate Bouquetière Pâtes grecques Fruit frais	Salade de lentilles aux carottes (150g) & houmous (30g)  Salade mixte-vinaigrette Crème vanille
<b><u>SAMEDI</u></b> 24-janv	œufs brouillés/mixé d'œufs  mixé épinards Chou romanesco Dés chou romanesco	Potage Potiron  Flan aux légumes julienne Salade verte - vinaigrette Pommes en pelure Fruit frais	Filet de dinde & Jambon italien Salade mixte - betteraves râpées - vinaigrette  fromage blanc aux fruits
<b><u>Dimanche</u></b> 25-janv	dés/haché/mixé volaille robert  mixé carotte Dés carotte	Potage Brocoli Dinde aux petits légumes  Duo de carottes rustica Pommes vapeur Salade de fruits frais	Leerdamer & Chèvre "Buche"  salade mixte-céleri rave râpé-vinaigrette  laitage du jour

**Variante A/V : Chili sin carne & riz sauvage //Rôti de porc N /sauce moutarde/légumes brunoise/purée**

JOUR		DINER	SOUPER
<b><u>LUNDI</u></b> 26-janv	dés/haché/mixé bœuf lyonnaise  mixé haricot fin  Dés de chou fleur	Potage Chicon  Paleron de bœuf N  sauce lyonnaise  Haricots fins  Pommes aux herbes  Fruit frais	Emietté d'œufs Salade mixte - légumes brunoise cuits froids N (AS)-vinaigrette  Yaourt entier nature sucré
<b><u>MARDI</u></b> 27-janv	dés/haché/mixé poisson citron  mixé brocoli  Dés brocoli	Potage Epinard  Cœur de merlu du cap (OK SS)  sauce citron  Bouquetière  Purée  Fruit frais	Salade de volaille aux pommes  salade blé-chou rouge -vinaigrette  Riz au lait
<b><u>MERCREDI</u></b> 28-janv	dés/haché/mixé quorn tomate  mixé courgette  Dés courgette	Potage Chou-fleur  Tortiglioni (AM)  Sauce bolognaise VG (AM)  Fromage râpé / Fruit frais	Pêches - salade de thon Salade verte - carottes râpées- vinaigrette  Yaourt aux fruits
<b><u>JEUDI</u></b> 29-janv	dés/haché/mixé volaille curry  mixé carotte  Dés carotte	Potage Potiron  Dinde tikka massala  Carottes bâtonnets  Semoule  Fruit frais	Leerdammer & cream cheese N salade mixte - betterave lanières - vinaigrette  Crème vanille
<b><u> VENDREDI</u></b> 30-janv	dés/haché/mixé saumon aneth  mixé chou fleur Chou fleur Dés chou fleur	Potage Courgette  Saumon (OK SS)  sauce aneth  Jardinière Romanesco  Riz  Fruit frais	salade de quinoa, lentilles, betteraves, noix (150g)  & houmous tomate (30g)  salade verte-vinaigrette  Crème pralinée
<b><u>SAMEDI</u></b> 31-janv	œufs brouillés/mixé d'œufs  mixé épinards Epinards hachés Dés chou romanesco	Potage Navet  Omelette fines herbes  champignons crème  Pommes vapeur  Fruit frais	Jambon cuit & filet de dinde FH  salade mixte-œufs rave rape- vinaigrette  Fromage blanc aux fruits
<b><u>Dimanche</u></b> 01-févr	dés/haché/mixé volaille robert  mixé chicons Bouquetière Dés bouquetière	Potage Brocoli  Rôti de dinde N  Sauce moutarde  chou blanc  Pommes pins  Salade de fruits frais	Emmenthal & Camembert  salade blé-betteraves-vinaigrette  Laitage du jour

JOUR		DINER	SOUPER
<b><u>LUNDI</u></b> 02-févr	dés/haché/mixé porc moutarde  mixé chou fleur  Dés chou fleur	Potage Carotte Carbonnade flamande  salade verte-vinaigrette Pommes vapeur Fruit frais	Salade d'œufs ciboulette Salade mixte - haricots fins cuits froids N (AS)-vinaigrette  Riz au lait
<b><u>MARDI</u></b> 03-févr	dés/haché/mixé poisson citron  mixé haricot fin  Dés chou romanesco	Potage Epinard Dos de cabillaud (OK SS) sauce agrumes Chou romanesco Pommes persillées Fruit frais	Salade de veau lyonnaise  salade blé- oignons R-vinaigrette Crème pralinée
<b><u>MERCREDI</u></b> 04-févr	dés/haché/mixé quorn tomate  mixé potiron Bouquetière Dés bouquetière	Potage Brocoli falafels sauce tomate légumes julienne Riz sauvage Fruit frais	Salade de poisson aux herbes vinaigrette citron Carottes râpées-vinaigrette Yaourt aux fruits
<b><u>JEUDI</u></b> 05-févr	dés/haché/mixé volaille curry  mixé carotte  Dés carotte	Potage Chou-fleur Dinde curry pommes  Duo de carottes rustica Pâtes grecques Fruit frais	leerdammer & Chèvre "buche"  salade mixte-céleri rave râpé-vinaigrette Fromage blanc nature
<b><u> VENDREDI </u></b> 06-févr	dés/haché/mixé saumon aneth  mixé brocoli  Dés brocoli	Potage chicon Filet de merlu meunière Rondelle citron Brocolis Purée Fruit frais	salade de lentilles aux carottes (150g) & houmous (30g)  Salade mixte-vinaigrette  Crème chocolat
<b><u>SAMEDI</u></b> 07-févr	œufs brouillés/mixé d'œufs  mixé épinards Epinards hachés Dés chou romanesco	Potage Courgette  Omelette fines herbes salade verte-vinaigrette Pommes en pelure Fruit frais	Filet de dinde & Jambon italien Salade mixte - betterave lanières -vinaigrette  Fromage blanc aux fruits
<b><u>Dimanche</u></b> 08-févr	dés/haché/mixé volaille robert  mixé chicon  Dés courgette	Potage potiron Cuisse de poulet (OK SS) sauce robert Chou vert Gratin dauphinois salade de fruits frais	Gouda & Brie  salade de blé-chou rouge -vinaigrette Laitage du jour

JOUR		DINER	SOUPER
<b><u>LUNDI</u></b> 09-févr	dés/haché/mixé veau blanquette  mixé chou fleur chou-fleur Dés chou fleur	Potage Carotte  Blanquette de veau à l'ancienne  salade verte-vinaigrette  Purée Fruit frais	Emietté d'œufs Salade mixte - légumes brunoise cuits froids N (AS)-vinaigrette  Yaourt nature sucré
<b><u>MARDI</u></b> 10-févr	dés/haché/mixé poisson citron  mixé brocoli Brocolis Dés brocoli	Potage Epinard  Cœur de merlu du cap (OK SS)  Garniture italiano Jardinière Romanesco  Riz Fruit frais	Salade de volaille mexicaine  salade blé-vinaigrette Crème pralinée
<b><u>MERCREDI</u></b> 11-févr	dés/haché/mixé quorn tomate  mixé épinard Epinards Hachés Dés chou romanesco	Potage Navet  Rotelles (AM) sauce verte (AM)  Fromage râpé Fruit frais	Pêches - salade de thon Salade verte - carottes râpées- vinaigrette  Yaourt aux fruits
<b><u>JEUDI</u></b> 12-févr	dés/haché/mixé volaille curry  mixé carotte  Dés carottes	Potage Courgette  Escalope de poulet sauce curry coco Légumes Julienne Pommes vapeurs Fruit frais	Emmenthal & camembert  salade blé-betteraves-vinaigrette  Fromage blanc aux fruits
<b><u> VENDREDI</u></b> 13-févr	dés/haché/mixé saumon aneth  mixé courgette  Dés courgette	Potage-Chicon  Saumon (OK SS) sauce aneth Purée au panais  Fruit frais	salade de quinoa, lentilles, betteraves, noix (150g) & houmous tomate (30g) salade verte-vinaigrette riz au lait
<b><u>SAMEDI</u></b> 14-févr	œufs brouillés/mixé d'œufs  mixé potiron Bouquetière Dés bouquetière	Potage chou-fleur  omelette salade de chicons-vinaigrette  Pommes persillées Fruit frais	Filet de dinde & Bacon cuit  salade mixte-celeri rave rape- vinaigrette Crème vanille
<b><u>Dimanche</u></b> 15-févr	dés/haché/mixé volaille robert  mixé haricot fin Haricots fins Dés carotte	Potage Potiron  Ragout de dinde aux champignons  Haricots fins Rosties salade de fruits frais	Leerdammer & Cream cheese N  salade mixte - betterave râpée- vinaigrette Laitage du jour