

LUNDI

SALADE DE CRUDITÉS (TOMATES, CONCOMBES, CAROTTES) VINAIGRETTE CITRON

PILON DE POULET ROTI
QUINOA
LÉGUMES DE SAISON

FRUIT DU JOUR **31**

MARDI

SALADE CÉSAR

BOEUF AUX CAROTTES
POMMES DE TERRE VAPEUR

YAOURT

1

MERCREDI

SALADE DE BETTERAVES ET FETA

RIZ VÉGÉTARIEN AUX LÉGUMES

SALADE DE FRUITS

2

JEUDI

SALADE DE TOMATES, VINAIGRETTE BALSAMIQUE

SPAGHETTI BOLOGNAISES

FROMAGE

3

VENDREDI

SALADE DE CHOUX ROUGES

FILET DE POISSON AU FOUR, SAUCE CITRONNÉE
MOUSSELINE DE POMMES DE TERRES ET CAROTTES

FRUIT DU JOUR

4

SALADE DE LAITUE CROQUANTE

CUISSE DE POULET AU MIEL ET CURCUMA
POMMES DE TERRES ROTIES AU ROMARIN
BROCCOLIS

FRUIT DU JOUR **7**

BATONNETS DE CONCOMBRES ET CAROTTES

BOULETTES DE BOEUF MAISON, SAUCE TOMATE BASILIC
QUINOA

FROMAGE **8**

SALADE DE TOMATES, MAÏS, OLIVE DE KALAMATA ET CRÈME DE BALSAMIQUE

RIZ CANTONNAIS À LA DINDE FUMÉE

FRUIT DU JOUR

9

SALADE DE LENTILLES, POIVRONS ET FINES HERBES

RIGATONI ALFREDO
BROCOLIS

YAOURT

10

CAROTTES RAPÉES, VINAIGRETTE BALSAMIQUE

GOUJONETTE DE SOLE PANÉ, SAUCE TARTARE
GRATIN DAUPHINOIS
JARDINIÈRE DE LÉGUMES

FRUIT DU JOUR

11

SALADE DE CONCOMBRES, MELON, FETA

FILET DE POULET PANÉ
POMMES DE TERRES ROTIES AU ROMARIN
HARICOTS VERTS

YAOURT **14**

BATONNETS DE POIVRON ET CAROTTE

BURGER DE BOEUF MAISON
FRITES DE LÉGUMES

SALADE DE FRUITS

15

SALADE DE LÉGUMINEUSES

GRATIN DE POMMES DE TERRES, PATATES DOUCES ET DINDE FUMÉE

FROMAGE

16

SALADE DE LENTILLES

PENNE AUX LÉGUMES

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON

17

PÂQUES

18

PÂQUES

21

MACÉDOINE DE LÉGUMES

HACHIS PARMENTIER DE BOEUF

FRUIT DU JOUR

22

SALADE DE TOMATES ET MOZZARELLA

CURRY DE LÉGUMES
RIZ BASMATI

YAOURT

23

SALADE DE POIS CHICHES AUX FINES HERBES

MACARONI AU FROMAGE
JARDINIÈRE DE LÉGUMES

SALADE DE FRUITS

24

JOURNÉE PIZZA

25

SALADE DE CELERI ET POMMES
VINAIGRETTE BALSAMIQUE

POULET TIKKA MASSALA
RIZ COMPLET

FRUIT DU JOUR **28**

SALADE DE CRUDITÉS (TOMATES, CONCOMBRES, CAROTTES), VINAIGRETTE CITRON

BOULETTES DE BOEUF MAISON, SAUCE TOMATE BASILIC
SPAGHETTI

FROMAGE **29**

SALADE CÉSAR

WRAP AU POULET ET LÉGUMES
POMMES DE TERRES ROTIES AU ROMARIN

FRUIT DU JOUR

30



MONDAY

RAW VEGETABLE SALAD (TOMATOES, CUCUMBERS, CARROTS) WITH LEMON VINAIGRETTE

ROAST CHICKEN DRUMSTICK
QUINOA
SEASONAL VEGETABLES

FRUIT OF THE DAY **31**

TUESDAY

CÉSAR SALAD

BEEF WITH CARROTS
BROWN RICE

YOGHURT

1

WEDNESDAY

BEET AND FETA SALAD

VEGETARIAN VEGETABLE RICE

FRUIT SALAD

2

THURSDAY

TOMATO SALAD WITH BALSAMIC VINAIGRETTE

SPAGHETTI BOLOGNESE

CHEESE

3

FRIDAY

RED CABBAGE SALAD

BAKED FISH FILLET WITH LEMON SAUCE

POTATO AND CARROT MOUSSELINE

FRUIT OF THE DAY

4

CRISP LETTUCE SALAD

CHICKEN THIGH WITH HONEY AND TURMERIC
ROASTED POTATOES WITH ROSEMARY
BROCCOLI

FRUIT OF THE DAY **7**

CUCUMBER AND CARROT STICKS

HOMEMADE BEEF MEATBALLS, TOMATO
BASIL SAUCE
QUINOA

CHEESE

8

TOMATO, CORN, KALAMATA OLIVE AND BALSAMIC CREAM SALAD

CANTONESE RICE WITH SMOKED
TURKEY

FRUIT OF THE DAY **9**

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD

RIGATONI ALFREDO
BROCOLIS

YOGHURT

10

GRATED CARROTS, BALSAMIC VINAIGRETTE

BREADED SOLE GOUJONETTE,
TARTAR SAUCE
GRATIN DAUPHINOIS
VEGETABLE JARDINIÈRE

FRUIT OF THE DAY **11**

CUCUMBER, MELON AND FETA SALAD

BREADED CHICKEN FILLET
ROASTED POTATOES WITH ROSEMARY
GREEN BEANS

YOGHURT

14

BELL PEPPER AND CARROT STICKS

HOMEMADE BEEF BURGER
VEGETABLE FRIES

FRUIT SALAD

15

LEGUME SALAD

POTATO, SWEET POTATO AND SMOKED
TURKEY GRATIN

CHEESE

16

LENTIL SALAD

PENNE WITH VEGETABLES

HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE

17

EASTER

18

EASTER

21

VEGETABLE MACÉDOINE

SHEPHERD'S PIE OF BEEF

FRUIT OF THE DAY

22

TOMATO AND MOZZARELLA SALAD

VEGETABLE CURRY
BASMATI RICE

YOGHURT

23

CHICKPEA SALAD WITH FINE HERBS

MACARONI AND CHEESE
VEGETABLE JARDINIÈRE

FRUIT SALAD

24

PIZZA DAY

25

CELERY AND APPLE SALAD
BALSAMIC VINAIGRETTE

CHICKEN TIKKA MASSALA
BROWN RICE

FRUIT OF THE DAY **28**

RAW VEGETABLE SALAD (TOMATOES, CUCUMBERS, CARROTS), LEMON VINAIGRETTE

HOMEMADE BEEF MEATBALLS, TOMATO
BASIL SAUCE
SPAGHETTI

CHEESE **29**

CAESAR SALAD

CHICKEN AND VEGETABLE WRAP
ROASTED POTATOES WITH ROSEMARY

FRUIT OF THE DAY **30**

