

LUNDI

SALADE DE PASTÈQUE, TOMATE ET FÊTA, VINAIGRETTE BALSAMIQUE

ÉMINCÉ DE BLANC DE POULET, SAUCE CRÈME PARMESAN
RIZ BRUN ET QUINOA AUX PETITS LÉGUMES

SALADE DE FRUITS **2**

MARDI

SALADE DE MAÏS ET TOMATES

MIJOTÉ DE BOEUF AUX CAROTTES
GRATIN DAUPHINOIS

YAOURT GREC

3

MERCREDI

SALADE DE LENTILLES, POIVRONS ET FINES HERBES

JOURNÉE PIZZA
COUSCOUS VÉGÉTARIEN AUX LÉGUMES

GATEAU À LA BANANE ET VANILLE **4**

JEUDI

SALADE DE POIS CHICHES AUX FINES HERBES

MACARONI AU FROMAGE
BROCCOLIS AU BEURRE
PAIN À L'AIL

FRUIT DU JOUR **5**

VENDREDI

SALADE DE LAITUE ET MANGUE, HUILE D'OLIVE CITRON

CUBES DE SAUMON AU FOUR, SAUCE TOMATE ET POIVRONS
PATATES DOUCES RÔTIES À L'AIL ET AU ROMARIN

TARTELETTE AUX FRUITS **6**

SALADE DE LAITUE, POMME GRENADE, VINAIGRETTE BALSAMIQUE

BLANC DE POULET, SAUCE PROVENCALE
RIZ AU SAFRAN ET PETITS LÉGUMES

YAOURT À BOIRE **9**

SALADE DE LAITUE ET SUPRÊMES D'ORANGE

HACHIS PARMENTIER DE BOEUF

FRUIT DU JOUR

10

SALADE DE LÉGUMINEUSES

JOURNÉE PIZZA
WRAP AU POULET GRILLÉ,
MAYONNAISE AUX CAPRES

POIRE POCHÉE, SAUCE CHOCOLAT **11**

SALADE DE CONCOMBRES AU YAOURT ET MENTHE

RIGATONI, SAUCE ROSÉE ET BASILIC,
PETITS POIS ET FROMAGE RÂPÉ.
PAIN À L'AIL

SALADE DE FRUITS **12**

SALADE DE CHOUX

FILET DE POISSON AU FOUR, AUX LÉGUMES ET AU CITRON
QUINOA AUX LÉGUMES

CRÊPES AU SIROP D'ÉRABLE **13**

SALADE DE CAROTTES, RAISINS SECS, HUILE D'OLIVE CITRON

PILON DE POULET RÔTI
RIZ CANTONNAIS

YAOURT GREC **16**

SALADE DE TOMATES, VINAIGRETTE
BOULETTES DE BOEUF MAISON, SAUCE TOMATE BASILIC
POMMES DE TERRES RISOLLÉES À L'AIL ET AUX HERBES

SALADE DE FRUITS **17**

SALADE DE CAROTTE ET BETTERAVE RÂPÉES, HUILE D'OLIVE CITRON

JOURNÉE PIZZA
RIZ CANTONNAIS À LA DINDE

FROMAGE ET RAISINS FRAIS **18**

SALADE DE CELERI RAVE ET POMME, MAYONNAISE ET DIJON

LASAGNES BOLOGNAISE MAISON AU BOEUF
PAIN À L'AIL

FRUIT DU JOUR **19**

SALADE CÉSAR, CROUTONS ET MAYONNAISE MAISON

GOUJONNETTE DE SOLE PANÉE, SAUCE TARTARE
MOUSSELINE DE POMMES DE TERRE ET CHOUX FLEUR

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON **20**

VACANCES
D'HIVERS

23

VACANCES
D'HIVERS

24

VACANCES
D'HIVERS

25

VACANCES
D'HIVERS

26

VACANCES
D'HIVERS

27

VACANCES
D'HIVERS

30

VACANCES
D'HIVERS

31

VACANCES
D'HIVERS

1

VACANCES
D'HIVERS

2

VACANCES
D'HIVERS

3

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

WATERMELON, TOMATO AND FETA SALAD, BALSAMIC VINAIGRETTE
SLICED CHICKEN BREAST, PARMESAN CREAM SAUCE
BROWN RICE AND QUINOA WITH BABY VEGETABLES
FRUIT SALAD **2**

CORN AND TOMATO SALAD
SIMMERED BEEF WITH CARROTS
GRATIN DAUPHINOIS
GREEK YOGHURT **3**

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD
PIZZA DAY
VEGETARIAN COUSCOUS
BANANA AND VANILLA CAKE **4**

CHICKPEA SALAD WITH HERBS
MACARONI AND CHEESE
BROCCOLIS WITH BUTTER
GARLIC BREAD
FRUIT OF DAY **5**

LETTUCE AND MANGO SALAD, LEMON OLIVE OIL
BAKED SALMON CUBES, TOMATO AND BELL PEPPER SAUCE
ROASTED SWEET POTATOES WITH GARLIC AND ROSEMARY
FRUIT TARTLET **6**

LETTUCE SALAD, POMEGRANATE, BALSAMIC VINAIGRETTE
CHICKEN BREAST, PROVENCAL SAUCE
RICE WITH SAFFRON AND VEGETABLES
DRINKING YOGHURT **9**

LETTUCE SALAD WITH ORANGE SUPREMES
BEEF PARMENTIER
FRUIT OF THE DAY **10**

LEGUME SALAD
PIZZA DAY
WRAP WITH GRILLED CHICKEN, CAPER MAYONNAISE
POACHED PEAR, CHOCOLATE SAUCE **11**

CUCUMBER SALAD WITH YOGHURT AND MINT
RIGATONI, ROSÉE SAUCE AND BASIL, PEAS AND GRATED CHEESE.
GARLIC BREAD
FRUIT SALAD **12**

CABBAGE SALAD
BAKED FISH FILLET WITH VEGETABLES AND LEMON
QUINOA WITH VEGETABLES
CREPES WITH MAPLE SYRUP **13**

CARROT SALAD WITH RAISINS, OLIVE OIL AND LEMON
ROAST CHICKEN DRUMSTICK
CANTONESE RICE
GREEK YOGHURT **16**

TOMATO SALAD, VINAIGRETTE
HOMEMADE BEEF MEATBALLS, TOMATO BASIL SAUCE
GARLIC AND HERB RISOLATA
POTATOES
FRUIT SALAD **17**

GRATED CARROT AND BEET SALAD, OLIVE OIL LEMON
PIZZA DAY
TURKEY CANTONESE RICE
CHEESE AND FRESH GRAPES **18**

CELERIAC AND APPLE SALAD, MAYONNAISE AND DIJON
HOMEMADE LASAGNE BOLOGNAISE WITH BEEF
GARLIC BREAD
FRUIT OF THE DAY **19**

CAESAR SALAD, CROUTONS AND HOMEMADE MAYONNAISE
BREADED SOLE GOUJONNETTE, TARTAR SAUCE
POTATO AND CAULIFLOWER MOUSSELINE
HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE **20**

WINTER
BREAK

23

WINTER
BREAK

24

WINTER
BREAK

25

WINTER
BREAK

26

WINTER
BREAK

27

WINTER
BREAK

30

WINTER
BREAK

31

WINTER
BREAK

1

WINTER
BREAK

2

WINTER
BREAK

3