

MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS

LUNDI

SALADE CÉSAR, CROUTONS, MAYONNAISE MAISON
PILON DE POULET ET LÉGUMES AU FOUR PENNE
SALADE DE FRUITS

3

MARDI

SALADE DE CONCOMBRES, MELON, FETA
BOULETTE DE BOEUF MAISON, SAUCE TOMATE BASILIC
POMMES DE TERRES RÔTIÉS AU ROMARIN

YAOURT

4

MERCREDI

SALADE DE MAÏS ET TOMATES
GRATIN DE LÉGUMES ET FROMAGE
FRUIT DU JOUR

5

JEUDI

SALADE DE POIS CHICHES AUX FINES HERBES
MACARONIS AU FROMAGE
JARDINIÈRE DE LÉGUMES

YAOURT

6

VENDREDI

CAMEROUN 
SALADE DE CAROTTES, BETTERAVES RAPÉES, HUILE D'OLIVE CITRON
POULET DG (BLANC DE POULET, CAROTTES, HARICOTS VERTS, OIGNONS PIMENTÉS, BANANE PLANTAINS)

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON

7

SALADE DE LAITUE CROQUANTE
ÉMINCÉ DE POULET, SAUCE TOMATE ET POIVRONS
COQUILLETES
FRUIT DU JOUR

10

SALADE DE TOMATES ET MOZARELLA
ÉMINCÉ DE BOEUF AUX LÉGUMES
RIZ BLANC PARFUMÉ

YAOURT

11

BATONNETS DE POIVRONS
WRAP AU POULET GRILLÉ
FRUIT DU JOUR

12

SALADE DE LÉGUMINEUSES
RIGATONIS SAUCE ROSÉE ET BASILIC
FROMAGE

13

SÉNÉGAL 
CAROTTES RAPÉES, VINAIGRETTE CITRON
RIZ JOLLOF (TOMATE, PÂTE DE TOMATE, LÉGUMES ET CUISSE DE POULET)

FRUIT DU JOUR

14

FÉRIÉ

17

MACÉDOINE DE LÉGUMES
BOULETTE DE BOEUF MAISON, SAUCE TOMATE BASILIC
POMMES DE TERRES VAPEUR

FRUIT DU JOUR

18

SALADE DE LENTILLES, POIVRONS ET FINES HERBES
RIZ AUX LÉGUMES
FROMAGE

19

SALADE CÉSAR, CROUTONS, MAYONNAISE MAISON
SPAGHETTI BOLOGNAISE
SALADE DE FRUITS

20

JAMAÏQUE 
SALADE DE MAÏS ET TOMATES
POULET JERK, RIZ JAMBALAYA
BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON

21

BATONNETS DE CONCOMBRES ET CAROTTES
ÉMINCÉ DE POULET, SAUCE CRÈME
RIZ BLANC
HARICOTS VERTS

FRUIT DU JOUR

24

SALADE DE LAITUE, HUILE D'OLIVE CITRON
WOK DE BOEUF ET BROCCOLIS SAUTÉS À L'ASIATIQUE
NOUILLES

YAOURT

25

SALADE DE TOMATES, VINAIGRETTE
SANDWICH AU POULET
FRUIT DU JOUR

26

SALADE DE POIS CHICHE AUX FINES HERBES
PENNE SAUCE ALFREDO
PETITS POIS

FROMAGE

27

HAÏTI 
SALADE DE LÉGUMES RAPÉS
RIZ DJON-DJON
SALADE DE FRUITS

28

BLACK HISTORY MONTH

MONDAY

CAESAR SALAD, CROUTONS, HOMEMADE
MAYONNAISE
CHICKEN DRUMSTICK AND BAKED
VEGETABLES PENNE
FRUIT SALAD

3

TUESDAY

CUCUMBER, MELON AND FETA SALAD
HOMEMADE BEEF MEATBALL, TOMATO
BASIL SAUCE
ROASTED POTATOES WITH ROSEMARY
YOGURT

4

WEDNESDAY

CORN AND TOMATO SALAD
VEGETABLE AND CHEESE GRATIN
FRUIT OF THE DAY

5

THURSDAY

CHICKPEA AND HERB SALAD
MACARONI AND CHEESE
VEGETABLE JARDINIÈRE
YOGURT

6

FRIDAY

CAMEROUN 
CARROT SALAD, GRATED BEET, LEMON
OLIVE OIL
CHICKEN DG (CHICKEN BREAST, CARROTS,
GREEN BEANS, SPICY ONIONS, PLANTAINS)
HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE 7

CRISP LETTUCE SALAD
SLICED CHICKEN, TOMATO AND BELL
PEPPER SAUCE
COQUILLETES
FRUIT OF THE DAY

10

TOMATO AND MOZARELLA SALAD
SLICED BEEF WITH VEGETABLES
WHITE RICE
YOGURT

11

BELL PEPPER STICKS
GRILLED CHICKEN WRAP
FRUIT OF THE DAY

12

LEGUME SALAD
RIGATONIS WITH ROSE AND BASIL SAUCE
CHEESE

13

SÉNÉGAL 
GRATED CARROTS, LEMON VINAIGRETTE
JOLLOF RICE (TOMATO, TOMATO PASTE,
VEGETABLES AND CHICKEN LEG)
FRUIT OF THE DAY 14

VACATION

17

MIXED VEGETABLES
HOMEMADE BEEF MEATBALL, TOMATO
BASIL SAUCE
STEAMED POTATOES
FRUIT OF THE DAY

18

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD
RICE WITH VEGETABLES
CHEESE

19

CAESAR SALAD, CROUTONS, HOMEMADE
MAYONNAISE
SPAGHETTI BOLOGNAISE
FRUIT SALAD

20

JAMAÏQUE 
CORN AND TOMATO SALAD
JERK CHICKEN
JAMBALAYA RICE
HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE 21

CUCUMBER AND CARROT STICKS
SLICED CHICKEN, CREAM SAUCE
WHITE RICE
GREEN BEANS
FRUIT OF THE DAY

24

LETTUCE SALAD WITH LEMON OLIVE OIL
ASIAN-STYLE BEEF WOK AND BROCCOLI
STIR-FRY NOODLES
YOGURT

25

TOMATO SALAD WITH VINAIGRETTE
CHICKEN SANDWICH
FRUIT OF THE DAY

26

CHICKPEA SALAD WITH HERBS
PENNE WITH ALFREDO SAUCE
PEAS
CHEESE

27

HAÏTI 
GRATED VEGETABLE SALAD
DJON-DJON RICE
FRUIT SALAD

28

MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS

LUNDI

SALADE CÉSAR, CROUTONS, MAYONNAISE MAISON

PILLON DE POULET GRILLÉ AU MIEL ET AUX ÉPICES
LÉGUMES AU FOUR
SEMOULE

SALADE DE FRUITS **3**

MARDI

SALADE DE CONCOMBRES, MELON, FETA, VINAIGRETTE BALSAMIQUE

BOULETTE DE BOEUF MAISON, SAUCE TOMATE BASILIC
POMMES DE TERRES RÔTIÉS AU ROMARIN

YAOURT **4**

MERCREDI

SALADE DE MAIS ET TOMATES

JOURNÉE PIZZA
GRATIN DE LÉGUMES ET FROMAGE

FRUIT DU JOUR **5**

JEUDI

SALADE DE POIS CHICHES AUX FINES HERBES

MACARONIS AU FROMAGE
JARDINIÈRE DE LÉGUMES
PAIN À L'AIL

YAOURT **6**

VENDREDI

CAMEROUN 

SALADE DE CAROTTES, BETTERAVES RAPÉES, HUILE D'OLIVE CITRON

POULET DG (BLANC DE POULET, CAROTTES, HARICOTS VERTS, OIGNONS PIMENTÉS, BANANE PLANTAINS)

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON **7**

SALADE DE CÉLERI RAVE ET POMME, VINAIGRETTE DIJON

ÉMINCÉ DE POULET, SAUCE AUX OLIVES VERTES
QUINOA AUX LÉGUMES

FRUIT DU JOUR **10**

SALADE DE TOMATES ET MOZARELLA

ÉMINCÉ DE BOEUF AUX OIGNONS
RIZ BLANC PARFUMÉ

YAOURT **11**

SALADE DE CHOUX

JOURNÉE PIZZA
WRAP AU POULET GRILLÉ, MAYONNAISE AUX CAPRES

FRUIT DU JOUR **12**

SALADE DE LÉGUMINEUSES

RIGATONIS SAUCE ROSÉE ET BASILIC
PAIN À L'AIL

FROMAGE **13**

SÉNÉGAL 

SALADE DE TOMATE, MAIS ET OLIVE CALAMATA, BALSAMIQUE

RIZ JOLLOF (TOMATE, PÂTE DE TOMATE, LÉGUMES ET CUISSE DE POULET)

FRUIT DU JOUR **14**

FÉRIÉ

17

MACÉDOINE DE LÉGUMES

BOULETTE DE BOEUF MAISON, SAUCE TOMATE BASILIC
POMMES DE TERRES VAPEUR

FRUIT DU JOUR **18**

SALADE DE LENTILLES, POIVRONS ET FINES HERBES

JOURNÉE PIZZA
QUINOA AUX LÉGUMES

FROMAGE **19**

SALADE CÉSAR, CROUTONS, MAYONNAISE MAISON

SPAGHETTI BOLOGNAISE
PAIN À L'AIL

SALADE DE FRUITS **20**

JAMAÏQUE 

SALADE DE MAÏS ET TOMATES

POULET JERK, RIZ JAMBALAYA

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON **21**

SALADE DE CAROTTES ET RAISINS SECS, VINAIGRETTE BALSAMIQUE

ÉMINCÉ DE POULET, SAUCE AU CURRY
RIZ PARFUMÉ ET LÉGUMES À L'ASIATIQUE

FRUIT DU JOUR **24**

SALADE DE LAITUE, MANGUE, HUILE D'OLIVE CITRON

WOK DE BOEUF ET BROCCOLIS SAUTÉS À L'ASIATIQUE
NOUILLES

YAOURT **25**

SALADE DE TOMATES, VINAIGRETTE

JOURNÉE PIZZA
WRAP DE POULET À LE GREC (FETA, SALADE VERTE, TOMATES) ET LÉGUMES DE SAISON

FRUIT DU JOUR **26**

SALADE DE POIS CHICHE AUX FINES HERBES

PENNE SAUCE ALFREDO
PETIT POIS
PAIN À L'AIL

FROMAGE **27**

HAÏTI 

SALADE DE LÉGUMES RAPÉS

RIZ DJON-DJON

SALADE DE FRUITS **28**

BLACK HISTORY MONTH

MONDAY

CAESAR SALAD, CROUTONS, HOMEMADE
MAYONNAISE

GRILLED CHICKEN BREAST WITH HONEY
AND SPICES
BAKED VEGETABLES
SEMOLINA

FRUIT SALAD **3**

TUESDAY

CUCUMBER, MELON AND FETA SALAD
WITH BALSAMIC VINAIGRETTE

HOMEMADE BEEF MEATBALL, TOMATO
BASIL SAUCE
ROASTED POTATOES WITH ROSEMARY

YOGURT **4**

WEDNESDAY

CORN AND TOMATO SALAD

PIZZA DAY
VEGETABLE AND CHEESE GRATIN

FRUIT OF THE DAY **5**

THURSDAY

CHICKPEA AND HERB SALAD

MACARONI AND CHEESE
VEGETABLE JARDINIÈRE
GARLIC BREAD

YOGURT **6**

FRIDAY

CAMEROUN 

CARROT SALAD, GRATED BEET, LEMON
OLIVE OIL :

CHICKEN DG (CHICKEN BREAST, CARROTS,
GREEN BEANS, SPICY ONIONS, PLANTAINS)

HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE **7**

CELERIAC AND APPLE SALAD WITH DIJON
VINAIGRETTE

SLICED CHICKEN, GREEN OLIVE SAUCE
VEGETABLE QUINOA

FRUIT OF THE DAY **10**

TOMATO AND MOZARELLA SALAD

SLICED BEEF WITH ONIONS
WHITE RICE

YOGURT **11**

CABBAGE SALAD


PIZZA DAY
GRILLED CHICKEN WRAP, CAPER
MAYONNAISE

FRUIT OF THE DAY **12**

LEGUME SALAD

RIGATONIS WITH ROSE AND BASIL SAUCE
GARLIC BREAD

CHEESE **13**

SÉNÉGAL 

TOMATO, CORN AND CALAMATA OLIVE
SALAD, BALSAMIC

JOLLOF RICE (TOMATO, TOMATO PASTE,
VEGETABLES AND CHICKEN LEG)

FRUIT OF THE DAY **14**

VACATION

17

MIXED VEGETABLES

HOMEMADE BEEF MEATBALL, TOMATO
BASIL SAUCE
STEAMED POTATOES

FRUIT OF THE DAY **18**

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD

PIZZA DAY
VEGETABLE QUINOA

CHEESE **19**

CAESAR SALAD, CROUTONS, HOMEMADE
MAYONNAISE

SPAGHETTI BOLOGNAISE
GARLIC BREAD

FRUIT SALAD **20**

JAMAÏQUE 

CORN AND TOMATO SALAD

JERK CHICKEN, JAMBALAYA RICE

HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE **21**

CARROT AND RAISIN SALAD, BALSAMIC
VINAIGRETTE

SLICED CHICKEN, CURRY SAUCE
RICE AND ASIAN-STYLE VEGETABLES

FRUIT OF THE DAY **24**

LETTUCE, MANGO AND LEMON OLIVE OIL
SALAD

WOK OF BEEF AND BROCCOLI SAUTÉED
ASIAN STYLE
NOODLES

YOGURT **25**

TOMATO SALAD WITH VINAIGRETTE

PIZZA DAY
GREEK CHICKEN WRAP (FETA, GREEN
SALAD, TOMATOES) AND SEASONAL
VEGETABLES

FRUIT OF THE DAY **26**

CHICKPEA SALAD WITH HERBS

PENNE WITH ALFREDO SAUCE
PEAS
GARLIC BREAD

CHEESE **27**

HAÏTI 

GRATED VEGETABLE SALAD

DJON-DJON RICE

FRUIT SALAD **28**