

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

VACANCES
D'HIVER

30

VACANCES
D'HIVER

31

VACANCES
D'HIVER

1

VACANCES
D'HIVER

2

VACANCES
D'HIVER

3

SALADE DE CAROTTE ET RAISIN SEC,
HUILE D'OLIVE CITRON

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

FRUIT DU JOUR 6

SALADE DE TOMATE ET CONCOMBRE,
HUILE D'OLIVE CITRON

BOULETTES DE BOEUF MAISON, SAUCE
TOMATE BASILIC
SEMOULE

YAOURT 7

SALADE DE LAITUE ET MANGUE, HUILE
D'OLIVE CITRON

JOURNÉE PIZZA
WRAP AU POULET GRILLÉ,
MAYONNAISE AUX CAPRES

FRUIT DU JOUR 8

SALADE DE LÉGUMINEUSES

PENNE SAUCE ALFREDO
LÉGUMES ROTIES
PAIN À L'AIL

SALADE DE FRUITS 9

SALADE DE CHOUX

JOURNÉE BURGER
CUBES DE SAUMON SAUCE TOMATE ET
POIVRONS
QUINOA AUX LÉGUMES

FROMAGE 10

SALADE DE TOMATE ET MOZARELLA

PILON DE POULET RÔTI
JUS DE VOLAILLE AUX OLIVES VERT,
MOUSSELINE DE POMME DE TERRE

YAOURT 13

SALADE DE LÉGUMES RAPÉS

ÉMINCÉ DE BŒUF TERIYAKI
PENNE AUX PETITS LÉGUMES

FRUIT DU JOUR 14

SALADE DE PASTÈQUE, TOMATE ET
FÊTA, VINAIGRETTE BALSAMIQUE

JOURNÉE PIZZA
RIZ CANTONNAIS À LA DINDE

FROMAGE 15

SALADE DE LAITUE, POMME GRENADE,
VINAIGRETTE BALSAMIQUE

SPAGHETTI BOLOGNAISES AU BOEUF
PAIN À L'AIL

FRUIT DU JOUR 16

SALADE DE MAÏS ET TOMATES

JOURNÉE BURGER
GOUJONNETTE DE SOLE PANÉE, SAUCE
TARTARE
BROCOLIS
POMMES DE TERRES RÔTIÉS À L'AIL ET
AU ROMARIN

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON 17

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

POULET AU FOUR, SAUCE PROVENCALE
RIZ AU CURCUMA ET AUX PETITS
LÉGUMES

FRUIT DU JOUR 20

SALADE DE LAITUE ET SUPRÊME
D'ORANGE

MIJOTÉ DE BŒUF AU CAROTTE
GRATIN DAUPHINOIS,
BROCOLIS AU BEURRE

YAOURT 21

SALADE DE POIS CHICHE AUX FINES
HERBES

JOURNÉE PIZZA
COUSCOUS VEGETARIEN

FRUIT DU JOUR 22

SALADE DE CONCOMBRE YAOURT ET
MENTHE FRAICHE

MACARONIS AU FROMAGE ET À LA
COURGE MUSQUÉE
PAIN À L'AIL

SALADE DE FRUITS 23

SALADE VERTE ET TOMATES CERISE,
COPEAUX DE PARMESAN, BALSAMIQUE

JOURNÉE BURGER
PARMENTIER DE POISSON
HARICOTS VERTS À L'AIL ET À L'HUILE
D'OLIVE

FROMAGE 24

SALADE CÉSAR, CROÛTONS ET
MAYONNAISE MAISON

BLANQUETTE DE POULET
RIZ BLANC
CAROTTES FONDANTES

SALADE DE FRUITS 27

SALADE DE TOMATE, MAÏS ET OLIVE
CALAMATA, BALSAMIQUE

HACHIS PARMENTIER DE BŒUF

YAOURT 28

MACÉDOINE DE LÉGUMES

JOURNÉE PIZZA
BURGER DE POULET
POMMES DE TERRES RÔTIÉS À L'AIL ET
AU ROMARIN

FRUIT DU JOUR 29

SALADE DE LENTILLES, POIVRONS ET
FINES HERBES

PENNE SAUCE CREME ET PARMESAN
LÉGUMES ROTIS
PAIN À L'AIL

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON 30

PA DAY

31

MONDAY

**WINTER
BREAK**

30

CARROT AND RAISIN SALAD, LEMON OLIVE OIL

SLICED CHICKEN BREAST, PARMESAN CREAM SAUCE
BROWN RICE AND QUINOA WITH BABY VEGETABLES.

FRUIT OF THE DAY 6

TOMATO AND MOZARELLA SALAD
ROAST CHICKEN DRUMSTICK
CHICKEN JUICE WITH GREEN OLIVES
POTATO MOUSSELINE

YOGHURT 13

GRATED CARROT AND BEET SALAD
LEMON OLIVE OIL

OVEN-BROWN CHICKEN, PROVENCAL SAUCE
RICE WITH TURMERIC AND VEGETABLES

FRUIT OF THE DAY 20

CAESAR SALAD, CROUTONS AND HOMEMADE MAYONNAISE

CHICKEN BLANQUETTE
WHITE RICE
MELTING CARROTS

FRUIT SALAD 27

TUESDAY

**WINTER
BREAK**

31

TOMATO AND CUCUMBER SALAD,
LEMON OLIVE OIL

HOMEMADE BEEF MEATBALL, BASIL
TOMATO SAUCE
SEMOULE

YAOURT 7

GRATED VEGETABLE SALAD
SLICED BEEF TERIYAKI
PENNE WITH BABY VEGETABLES
FRUIT OF THE DAY

14

LETTUCE SALAD AND ORANGE
SUPREME

BEEF AND CARROT STEW
GRATIN DAUPHINOIS,
BROCCOLI

YOGHURT 21

TOMATO, CORN AND OLIVE CALAMATA
SALAD, BALSAMIC

SHEPHERD'S PIE OF BEEF
YOGHURT

28

WEDNESDAY

**WINTER
BREAK**

1

LETTUCE AND MANGO SALAD, LEMON OLIVE OIL

PIZZA DAY
GRILLED CHICKEN PIZZA WRAP, CAPER
MAYONNAISE

FRUIT OF THE DAY 8

WATERMELON, TOMATO AND FETA
SALAD WITH BALSAMIC VINAIGRETTE

PIZZA DAY
TURKEY CANTONESE RICE

CHEESE 15

CHICKPEA SALAD WITH FINE HERBS

PIZZA DAY
VEGETARIAN COUSCOUS

FRUIT OF THE DAY 22

MIXED VEGETABLES

PIZZA DAY,
CHICKEN BURGER
ROASTED POTATOES WITH GARLIC AND
ROSEMARY

FRUIT OF THE DAY 29

THURSDAY

**WINTER
BREAK**

2

LEGUME SALAD

PENNE WITH ALFREDO SAUCE
ROASTED VEGETABLES
GARLIC BREAD

FRUIT SALAD 9

LETTUCE SALAD, POMEGRANATE,
BALSAMIC VINAIGRETTE

BEEF SPAGHETTI BOLOGNAISE
GARLIC BREAD

FRUIT OF THE DAY 16

CUCUMBER SALAD WITH YOGHURT AND
FRESH MINT

MACARONI AND CHEESE WITH
BUTTERNUT SQUASH
GARLIC BREAD

FRUIT SALAD 23

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD

PENNE WITH CREAM AND PARMESAN
SAUCE
ROASTED VEGETABLES
GARLIC BREAD

HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE 30

FRIDAY

**WINTER
BREAK**

3

CABBAGE SALAD

BURGER DAY
SALMON CUBES TOMATO AND BELL
PEPPER SAUCE
VEGETABLE QUINOA

CHEESE 10

CORN AND TOMATO SALAD

BURGER DAY
BREADED SOLE GOUJONNETTE,
TARTAR SAUCE, BROCCOLI
ROASTED GARLIC AND ROSEMARY
POTATOES

HOMEMADE CHOCOLAT BROWNIE 17

GREEN SALAD AND CHERRY
TOMATOES, PARMESAN SHAVINGS,
BALSAMIC

BURGER DAY
FISH PARMENTIER
GREEN BEANS WITH GARLIC AND OLIVE
OIL
CHEESE 24

PA DAY

31