

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 BLANC
LÉGUMES SAUTÉS

FRUIT DU JOUR 6

SALADE DE TOMATE ET CONCOMBRE,
HUILE D'OLIVE CITRON

BOULETTES DE BOEUF MAISON, SAUCE
TOMATE BASILIC
COQUILLETTES

YAOURT 7

SALADE DE LAITUE CROQUANTE
QUICHES AUX LÉGUMES ET À LA DINDE

FRUIT DU JOUR

8

BATONNETS DE CONCOMBRE ET
CAROTTES

PENNE SAUCE ALFREDO
LÉGUMES ROTIES

SALADE DE FRUITS 9

SALADE DE CHOUX
CUBES DE SAUMON SAUCE TOMATE ET
POIVRONS
RIZ ET QUINOA

FROMAGE 10

SALADE DE TOMATE ET MOZARELLA

PILON DE POULET RÔTI
MOUSSELINÉ DE POMME DE TERRE
PETITS POIS

YAOURT 13

SALADE DE LÉGUMES RAPÉS
ÉMINCÉ DE BŒUF AUX LÉGUMES
PENNE AU BEURRE

FRUIT DU JOUR 14

SALADE DE PASTÈQUE, TOMATE ET
FÉTA
RIZ CANTONNAIS À LA DINDE

FROMAGE 15

SALADE DE BETTERAVES
SPAGHETTI BOLOGNAISES AU BOEUF

FRUIT DU JOUR

16

SALADE DE MAÏS ET TOMATES
GOUJONNETTE DE SOLE PANÉE, SAUCE
TARTARE
BROCOLIS
POMMES DE TERRES RÔTIÉS À L'AIL ET
AU ROMARIN

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON 17

CAROTTE RÂPÉES, HUILE D'OLIVE
CITRON

FILLET DE POULET PANÉ
RIZ BLANC
BROCCOLIS

FRUIT DU JOUR 20

BATONNETS DE CONCOMBRES ET
CELERI

MIJOTÉ DE BŒUF AU CAROTTE
GRATIN DAUPHINOIS,
LÉGUMES RÔTIS

YAOURT 21

SALADE DE POIS CHICHE AUX FINES
HERBES

SANDWICH AU POULET

FRUIT DU JOUR 22

SALADE DE CONCOMBRE YAOURT ET
MENTHE FRAICHE

MACARONIS AU FROMAGE

SALADE DE FRUITS 23

SALADE VERTE ET TOMATES CERISE,
COPEAUX DE PARMESAN

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

FROMAGE 24

SALADE CÉSAR, CROÛTONS ET
MAYONNAISE MAISON

POULET AU FOUR
RIZ BLANC
CAROTTES FONDANTES

FRUIT DU JOUR 27

SALADE DE TOMATE ET MAÏS

HACHIS PARMENTIER DE BŒUF
YAOURT

28

SALADE DE LÉGUMES RAPÉS
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 RÔTIS

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON 30

BATONNETS DE CAROTTES ET
CONCOMBRES

POISSON ET LÉGUMES AU FOUR
MOUSSELINÉ DE POMMES DE TERRE

FRUIT DU JOUR 31

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

**WINTER
BREAK**

30

**WINTER
BREAK**

31

**WINTER
BREAK**

1

**WINTER
BREAK**

2

**WINTER
BREAK**

3

CARROT AND RAISIN SALAD, LEMON OLIVE OIL

SLICED CHICKEN BREAST, PARMESAN CREAM SAUCE
WHITE RICE,
SAUTÉED VEGETABLES

FRUIT OF THE DAY **6**

TOMATO AND CUCUMBER SALAD, LEMON OLIVE OIL

HOMEMADE BEEF MEATBALLS, BASIL TOMATO SAUCE
BUTTERED COQUILLETTE

YOGURT **7**

CRISP LETTUCE SALAD

VEGETABLE AND TURKEY QUICHES
FRUIT OF THE DAY

8

CUCUMBER AND CARROT STICKS

PENNE WITH ALFREDO SAUCE
ROASTED VEGETABLES

FRUIT SALAD **9**

CABBAGE SALAD

SALMON CUBES TOMATO AND BELL PEPPER SAUCE
RICE AND QUINOA

CHEESE **10**

TOMATO AND MOZARELLA SALAD

ROAST CHICKEN DRUMSTICK
POTATO MOUSSELINE
PEAS

YOGHURT **13**

GRATED VEGETABLE SALAD

SLICED BEEF WITH VEGETABLES
BUTTER PENNE

FRUIT OF THE DAY **14**

WATERMELON, TOMATO AND FETA SALAD

TURKEY CANTONESE RICE
CHEESE

15

BEET SALAD

SPAGHETTI BOLOGNESE WITH BEEF
FRUIT OF THE DAY

16

CORN AND TOMATO SALAD

BREADED SOLE GOUJONNETTE
BROCCOLI
TARTAR SAUCE
GARLIC AND ROSEMARY ROASTED
POTATOES

HOMEMADE CHOCOLAT BROWNIE **17**

GRATED CARROT, LEMON OLIVE OIL

BREADED CHICKEN FILLET
WHITE RICE
BROCCOLI

FRUIT OF THE DAY **20**

CUCUMBER AND CELERY STICKS

BEEF AND CARROT STEW
GRATIN DAUPHINOIS,
ROASTED VEGETABLES

YOGHURT **21**

HERBED CHICKPEA SALAD

CHICKEN SANDWICH
FRUIT OF THE DAY

22

CUCUMBER, YOGHURT AND FRESH MINT SALAD

MACARONI AND CHEESE
FRUIT SALAD

23

GREEN SALAD AND CHERRY TOMATOES, PARMESAN SHAVINGS

FISH PARMENTIER
GREEN BEANS WITH GARLIC AND OLIVE OIL

CHEESE **24**

CAESAR SALAD WITH CROUTONS AND HOMEMADE MAYONNAISE

OVEN-BAKED CHICKEN
WHITE RICE
MELTING CARROTS

FRUIT OF THE DAY **27**

TOMATO AND CORN SALAD

SHEPHERD'S PIE BEEF
FRUIT SALAD

28

GRATED VEGETABLE SALAD

CHICKEN BURGER
ROASTED POTATOES WITH GARLIC AND ROSEMARY

FRUIT OF THE DAY **29**

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD

PENNE WITH CREAM AND PARMESAN SAUCE
ROASTED VEGETABLES

HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE **30**

CARROT AND CUCUMBER STICKS

BAKED FISH AND VEGETABLES
POTATO MOUSSELINE

FRUIT OF THE DAY **31**