

LUNDI



28

SALADE DE CHOUX ET CAROTTE
ÉMINCÉ DE POULET À LA CRÈME DE
CHAMPIGNONS
MOUSSELINE DE POMMES DE TERRE
FRUIT DU JOUR

5

SALADE CÉSAR, CROUTONS,
MAYONNAISE MAISON
PILON DE POULET, ROTI AU MIEL ET
CURCUMA
JARDINIÈRE DE LÉGUMES
RIZ BASMATI
YAOURT

12

FÉRIÉ

19

CAROTTE RAPÉES, HUILE D'OLIVE
CITRON
PÎLON DE POULET ROTI AUX HERBES,
SAUCE AU YAOURT
RIZ COMPLET ET QUINOA AUX
LÉGUMES
FROMAGE

26

MARDI



29

SALADE DE PASTÈQUE, TOMATE ET
FETA
ÉMINCÉ DE BOEUF ET LÉGUMES SAUCE
TERYAKI
RIZ THAI
FROMAGE

6

SALADE DE LÉGUMES RAPÉS
HACHIS PARMENTIER DE BOEUF
FRUIT DU JOUR

13

MACÉDOINE DE LÉGUMES
BOULETTE DE BOEUF MAISON, SAUCE
TOMATE BASILIC, POMMES DE TERRES
AU ROMARIN
FRUIT DU JOUR

20

BATONNETS DE POIVRON ET CAROTTE
BOEUF AUX CAROTTES
GRATIN DAUPHINOIS
SALADE DE FRUITS

27

MERCREDI



30

SALADE DE TOMATES ET MAÏS
WRAP DE POULET PANÉ, SAUCE AU
YAOURT CITRONNÉE, LÉGUMES
CROQUANTS
PATATES DOUCES ROTIES AU ROMARIN
SALADE DE FRUITS

7

BATONNETS DE CAROTTES ET CELERI
RATATOUILLE
QUINOA
FROMAGE

14

SALADE DE TOMATES ET MOZZARELLA
RIZ À LA TOMATE ET AUX LÉGUMES
YAOURT

21

SALADE DE CONCOMBRES AU YAOURT
ET MENTHE FRAICHE
RIZ CANTONNAIS À LA DINDE FUMÉE
FRUIT DU JOUR

28

JEUDI

BATONNETS DE CONCOMBRES ET
CAROTTES
LASAGNES BOLOGNAISES MAISON
YAOURT

1

SALADE DE LENTILLES, POIVRONS ET
FINES HERBES
TAGLIATTELLES AUX LEGUMES
YAOURT

8

SALADE DE LÉGUMINEUSES
MACARONIS AU FROMAGE
FRUIT DU JOUR

15

SALADE DE POIS CHICHES AUX FINES
HERBES
GRATIN DE PÂTES AUX LÉGUMES ET
FROMAGE
SALADE DE FRUITS

22

JOURNÉE
PIZZA

29

VENDREDI

SALADE DE TOMATES ET MOZARELLA
FILET DE POISSON AU FOUR ET
LÉGUMES, SAUCE CITRONNÉE
POMMES DE TERRES ROTIES AU
ROMARIN
BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON

2

SALADE DE LAITUE, POMME GRENADE,
VINAIGRETTE BALSAMIQUE
FILET DE POISSON À LA TOMATE
SEMOULE
FRUIT DU JOUR

9

SALADE DE BETTERAVES ET FETA
FILET DE POISSON AU FOUR ET SES
LÉGUMES, SAUCE AU CURRY DOUCE
RIZ COMPLET
YAOURT

16

SALADE DE CRUDITÉS, VINAIGRETTE
CITRON
PARMENTIER DE POISSON
HARICOTS VERTS
FRUIT DU JOUR

23

SALADE DE TOMATES ET MAÏS
GOUJONETTE DE SOLE PANÉ, SAUCE
TARTARE
MOUSSELINE DE POMMES DE TERRE À
L'HUILE À L'HUILE D'OLIVE
JARDINIÈRE DE LÉGUMES
FRUIT DU JOUR

30

MONDAY



28

TUESDAY



29

WEDNESDAY



30

THURSDAY

FRIDAY

CABBAGE AND CARROT SALAD
SLICED CHICKEN WITH CREAM OF
MUSHROOM SAUCE
POTATO MOUSSELINE
FRUIT OF THE DAY

5

WATERMELON, TOMATO AND FETA
SALAD
MINCED BEEF AND VEGETABLES IN
TERYAKI SAUCE
THAI RICE
CHEESE

6

TOMATO AND CORN SALAD
BREADED CHICKEN WRAP, LEMON
YOGHURT SAUCE, CRUNCHY
VEGETABLES
ROASTED SWEET POTATOES WITH
ROSEMARY
FRUIT SALAD

7

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD
TAGLIATELLE WITH VEGETABLE
YOGURT

8

LETTUCE SALAD, POMEGRANATE,
BALSAMIC VINAIGRETTE
FISH FILLET WITH TOMATO
SEMOLINA
FRUIT OF THE DAY

9

CAESAR SALAD, CROUTONS,
HOMEMADE MAYONNAISE
CHICKEN ROAST WITH HONEY AND
CURCUMA
VEGETABLE JARDINIÈRE
BASMATI RICE
YOGURT

12

GRATED VEGETABLE SALAD
SHEPHERD'S PIE OF BEEF
FRUIT OF THE DAY

13

CARROT AND CELERY STICKS
RATATOUILLE
QUINOA
CHEESE

14

LEGUME SALAD
MACARONI AND CHEESE
FRUIT OF THE DAY

15

BEET AND FETA SALAD
BAKED FISH FILLET WITH VEGETABLES
AND MILD CURRY SAUCE
BROWN RICE
YOGHURT

16

HOLIDAY

19

VEGETABLE MACÉDOINE
HOMEMADE BEEF MEATBALL, TOMATO
BASIL SAUCE, ROSEMARY POTATOES
FRUIT OF THE DAY

20

TOMATO AND MOZZARELLA SALAD
RICE WITH TOMATO AND VEGETABLES
YOGURT

21

CHICKPEA SALAD WITH FINE HERBS
PASTA GRATIN WITH VEGETABLES AND
CHEESE
FRUIT SALAD

22

RAW VEGETABLE SALAD WITH LEMON
VINAIGRETTE
FISH PARMENTIER
GREEN BEANS
FRUIT OF THE DAY

23

GRATED CARROT, LEMON OLIVE OIL
ROASTED CHICKEN BREAST WITH
HERBS,
YOGURT SAUCE
BROWN RICE AND QUINOA WITH
VEGETABLES
CHEESE

26

BELL PEPPER AND CARROT STICKS
BEEF WITH CARROTS
GRATIN DAUPHINOIS
FRUIT SALAD

27

CUCUMBER SALAD WITH YOGHURT AND
FRESH MINT
CANTONESE RICE WITH SMOKED
TURKEY
FRUIT OF THE DAY

28

PIZZA DAY

29

TOMATO AND CORN SALAD
BREADED SOLE GOUJONETTE, TARTAR
SAUCE
POTATO MOUSSELINE IN OLIVE OIL
VEGETABLE GARDEN
FRUIT OF THE DAY

30