

Viande, poisson, œuf Céréales et féculents Produits laitiers Fruit

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine N° 03 18 au 22.01.21	Salade verte Omelette Riz semi complet aux petits légumes Yaourt nature bio	Roti de bœuf Pates Fromage Fruit pomme rouge	Crudités Escalope de dinde Gratin de petit épeautre /Potimarron Fromage Mousse au chocolat	Velouté Lentilles Corail/Poireaux Quinoa /Carottes /pois chiche Fromage Fruit Kiwi	Chou chinois Colin à l'huile d'olive polenta petit suisse aux fruits
			Pain +Fromage+ Fruit		
Semaine N° 04 25 au 29.01.21	Saucisse de porc/Dinde Lentilles a la dijonnaise Fromage Fruit Poire	riz de Camargue Saute d'agneau Fromage Fruit orange	Soupe de pates Dos de Cabillaud Champignons/haricots plats Fromage Compote	Crudités Chou blanc/Raisin Tajine aux légumes et fruits secs Fromage Tarte aux pommes	Crudités de saison Escalope de Poulet au jus Pate semi complète Fromage blanc
			Pain +pate a tartiner + Fruit		
Semaine N° 05 01 au 05.02.21	Cake au fromage Brocoli béchamel Fromage Fruit banane	Filet de Merlu /mayonnaise Pomme de terre grenailles sautées Fromage Fruit clémentine	Salade d'Endive aux Noix Steak de bœuf haché Cœur de blé Fromage Crêpes de la chandeleur	Betteraves/Mais Pates Bio en sauce tomate/Emmental râpée Fromage Fruit Pomme	Salade pois chiche Saute de veau Carottes laitage
			Tranche brioché +confiture +Fruit		
Semaine N° 06 08 au 12.02.21	Chou Chinois Poisson sauce citronne Céréales Gourmandes Flan caramel	Jambon de Porc /De Dinde Purée de PDT /Patate douce Fromage Fruit kiwi	Pizza au Fromage Omelette Gratin de Butternut au parmesan Fromage Fruit Orange	Carottes Râpées Daube provençale Pates yaourt à la vanille	Salade verte Riz semi complet/Chili de légumes Fromage gouda compote
			biscuits+ compote+ jus de fruit		