

Menus de janvier



LUNDI 4

Salade d'édam

Tajine de semoule aux légumes **bio.** (carottes, petit pois, coriandre, pois chiches, gingembre, oignons, semoule semi complète)

Banane

MARDI 5

Pain
Carottes et chou râpés

Aiguillettes de poulet façon blanquette
Riz pilaf

Yaourt aromatisé
au citron

JEUDI 7

Salade de maïs (maïs, salade bio, tomate bio, gouda)

Sauté de porc au miel
Jardinière de légumes

Galette des rois

VENDREDI 8

Soupe de pois cassés

Cabillaud sauce basquaise
Boulgour

Brie
Compote de pomme/poire

LUNDI 11

Soupe de poireaux /pommes de terre

Palet de volaille
Petits pois / carottes

Saint Nectaire
Pomme

MARDI 12

Pain
Salade de cœur de palmier (Tomates , maïs, palmier, des de jambon)

Dos de colin sauce fenouil
Blé

Flan vanille

JEUDI 14

Salade mexicaine

Mélange de légumes au ras-el-hanout et aux œufs **bio.** (carottes, poivrons, tomate, oignons, passata, pois chiches, œufs)

Onctueux au caramel

VENDREDI 15

Piémontaise au thon

Bœuf sauce stroganoff
Salsifis à l'ail

Tomme blanche
Clémentine

LUNDI 18

Carottes râpées aux olives

Poêlée de riz aux haricots rouge **bio.** (Riz semi complet, haricots rouges, ananas, oignons, carottes, petits pois)

Comté
Kiwi

MARDI 19

Pain
Crème Dubarry

Crêpinette de porc sauce moutarde
Purée de carottes Rainbow

Petits suisses sucré
Orange

JEUDI 21

Pâté de campagne cornichons

Pilon de poulet rôti
Poêlée de légumes du marché

Camembert
Banane

VENDREDI 22

Mâche aux croûtons et mimolette

Poisson vapeur
Carottes à la crème
Quinoa

Yaourt aromatisé à la vanille

LUNDI 25

Salade fromagère

Jambalaya **bio.** (riz, poireaux, oignons, passata, paprika, chorizo et poulet)

Poire

MARDI 26

Pain
Potage cultivateur

Rôti de porc aux pruneaux
Poêlée campagnarde

Yaourt au sucre

JEUDI 28

Salade niçoise **bio.** (olives, haricots verts, thon, tomate, pommes de terre lamelles)

Hachis Parmentier
Salade verte

Chèvre
Compote de pomme

VENDREDI 29

Salade à l'avocat et brie

Omelette à la tomate et emmental râpé
Coquillettes semi complet

Ananas



Menus de février



LUNDI 1

Carottes aux pommes

Rôti de dinde
Haricots blanc aux lardons

Vache qui rit
Mousse au chocolat

MARDI 2

Pain
Salade de surimi
(coquille semi complet,
surimi, œufs, tomate,
mayonnaise)

Saucisse fumée Hénaff
Chou braisés et pommes de
terre

Brie
Clémentine

JEUDI 4

Salade de myrtis
de brebis (olives,
pommes de terre, tomates,
herbes de Provence)

Dhal de lentilles corail
(lentilles corail, passata,
oignons, ail, persil, curry, cumin,
lait de coco)
Riz

Liégeois aux fruits

VENDREDI 5

Potage de légumes

Saumon sauce poireaux
Purée de pois cassés

Petits suisses aux fruits
Kiwi

LUNDI 8

Tartelettes à l'oignon

Légumes sauté au
boulgour (haricots verts,
poivrons, pois chiches, raisins
secs, gingembre, oignons,
carottes, navets)

Boulgour

Yaourt aromatisé à la fraise

MARDI 9

Pain
Soupe à l'oignons croûtons

Aiguillettes de poulet sauce
kébab

Mélange 4 céréales

Cantal
Mille-feuille

JEUDI 11

Salade de
saucisson à l'ail
(saucisson à l'ail, pommes de
terre, tomates, oignons,
cornichons)

Tajine de bœuf aux fruits
secs

Duo d'haricots
Flan vanille

VENDREDI 12

MENU A THÈME :



NOUVEL AN CHINOIS

LUNDI 15

Endive aux noix et au bleu
d'auvergne

Gratin de pâtes aux
légumes (spiraales semi
complet, maïs, poireaux,
oignons, passata, lait de coco,
champignons, chou-fleur,
emmental râpé)

Compote pomme poire

MARDI 16

Pain
Soupe courgettes
vache qui rit

Rôti de veau Marengo
Pommes de terre au four

Orange

JEUDI 18

Salade de mâche

Thon à la catalane
Semoule semi complète

Fromage blanc aux fruits

VENDREDI 19

Betterave au persil

Nuggets de poulet
Quinoa provençale

Petits suisses aux fruits
Pomme

