



ALLERGIES
P. LAITIERS & OEUFS

ALLERGIES
PRODUITS LAITIERS

ALLERGIES
AUX OEUFS

SEMAINE
1

LUNDI

5

MARDI

6

MERCREDI

7

JEUDI

8

VENDREDI

9

5
JAN

CASSEROLE DE
TORTELLINI AU
FROMAGE SAUCE
ROSÉE ET CAROTTE

COUSCOUS
LÉGUMES
AUTOMNAL ET
POIS CHICHE

VELOUTÉ PATATE
DOUCE LENTILLES
ET POMME DE
TERRE AVEC
**FEUILLETÉ AUX
FROMAGES**

LASAGNE SAUCE
TOMATE BOEUF
HACHÉ ET
LÉGUMES À
SPAGHETTI

LANGUETTE DE
POULET LÉGUMES
DU JOUR ET CUBE
DE POMME DE
TERRE

DESSERT

YOGOURT AUX
FRUITS

CLÉMENTINES

COMPOTE DE
FRUITS

POIRE

YOGOURT AUX
FRUITS

C. AM

ORANGES

POMMES

BANANE

POMMES

CANTALOUP

C. PM

BISCUIT PÂTE
D'OURS

GALETTE AVOINE
ET CAROTTE

MUFFIN SON ET
RAISIN

½ PITA ET
CONFITURE

DANOISE AU
FROMAGE

SEMAINE
2

LUNDI

12

MARDI

13

MERCREDI

14

JEUDI

15

VENDREDI

16

12
JAN

FUSILI SAUCE
ROSÉE THON ET
CAROTTE

VELOUTÉ BROCOLI
LENTILLES ET
POMME DE TERRE
SERVI AVEC
CRAQUELIN ET
FICELLO

HACHIS
PARMENTIER,
BOEUF
FROMAGE ET
CAROTTE

BAZELA POIS ET
CAROTTES, SAUCE
TOMATE, PROTEINE
DE SOYA RIZ ET
LENTILLES

PAVÉ NEPTUNE :
POMME DE TERRE,,
POIVRON ROUGE
ET OIGNON VERT
HACHÉ

DESSERT

POIRE

COMPOTE DE
FRUITS

YOGOURT AUX
FRUITS

POMMES

YOGOURT AUX
FRUITS

C. AM

BANANE

POMMES

ANANAS

CLEMENTINES

MELON

C. PM

BARRE
NUTRIGRAIN

GALETTE AVOINE
ET BLEUET

PAIN TRANCÉ ET
FROMAGE À LA CRÈME

GÂTEAUX AUX
PETITS FRUITS

CROISSANT

SEMAINE
3

LUNDI

19

MARDI

20

MERCREDI

21

JEUDI

22

VENDREDI

23

19
JAN

SAUTÉ DE POULET À
L'INDIENNE AVEC
TOMATE CAROTTE
ET POIS VERT ET RIZ

CASSEROLE DE
MACARONI GRATINÉ
AUX LÉGUMES STYLE
ITALIEN ET AU TOFU

RIZ À L'AIGLEFIN,
SAUCE ROSÉE,
OIGNON ET
BRISURES DE
BROCOLI

VELOUTÉ LENTILLES
ROUGES, CAROTTE
ET POMME DE
TERRE SERVI
**FEUILLETÉS AUX
ÉPINARDS**

CASSEROLE DE
RAVIOLI AU
FROMAGE SAUCE
ROSÉE ET CHOUX-
FLEUR

DESSERT

YOGOURT AUX
FRUITS

CLEMENTINES

POIRE

COMPOTE DE
FRUITS

YOGOURT AUX
FRUITS

C. AM

ORANGE

POMME

MELON

BANANE

CANTALOUP

C. PM

BISCUIT PÂTE
D'OURS

GALETTE AVOINE
ET CITROUILLE

MUFFIN SON ET
BANANE

CÉRÉALES

GÂTEAUX AUX
PETITS FRUITS

SEMAINE
4

LUNDI

26

MARDI

27

MERCREDI

28

JEUDI

29

VENDREDI

30

26
JAN

VELOUTÉ
CITROUILLE,
LENTILLE ROUGE ET
POMME DE TERRE
SERVI **PIZZA TROIS
FROMAGES**

PÂTÉ CHINOIS

BULGUR SAUCE
TOMATE BOEUF
HACHÉ POIVRON,
CAROTTE, CELERI
ET OIGNON

FUSILI SAUCE
ROSÉE SAUMON
ET CAROTTE

CHILI PROTÉINES
DE SOYA,, POIS ET
CAROTTES AVEC
DU RIZ

DESSERT

COMPOTE DE
FRUITS

YOGOURT AUX
FRUITS

CLEMENTINES

ORANGES

YOGOURT AUX
FRUITS

C. AM

POMMES

BANANE

ANANAS

POIRE

MELON

C. PM

BARRE
NUTRIGRAIN

CRAQUELIN ET
HUMMUS

GALETTE AVOINE
ET FRAMBOISE

MUFFIN SON ET
RAISIN

PALMIER

LÉGUMES FAJITAS :
POIVRONS VERTS,
POIVRONS
JAUNES,
OIGNONS,
POIVRON ROUGES.

LÉGUMES PARISIEN
: CAROTTES,
CHOUX-FLEUR,
HARICOTS VERTS,
OIGNONS

**LÉGUMES STYLE
ROMANESCO :**
CAROTTES,
CAROTTES JAUNES,
POIVRONS VERTS,
HARICOTS VERTS

**LÉGUMES
COMPAGNARD :**
BROCOLI,
COURGETTE,
AUBERGINE,
POIVRONS JAUNES,
POIVRON ROUGES
ET OIGNON.

**LÉGUMES STYLEI
TALIEN :** CAROTTES,
COURGETTES
VERTES, CHOU-
FLEUR, HARICOT
ROMAINS,
COURGETTES
JAUNES, HARICOT
DE LIMA,
POIVRONS
ROUGES

**LÉGUMES
MINESTRONE :**
CAROTTES,
CÉLERI, HARICOT
ROUGE FONCÉ,
HARICOTS VERTS,
OIGNON, POIS,
POIVRONS VERTS

**LÉGUMES
MÉDITERRANÉEN :**
COURGETTES
VERTE, TOMATE,
AUBERGINES,
OIGNONS,
POIVRONS
ROUGES,
POIVRONS VERTS

**LÉGUMES
CALIFORNIEN :**
BROCOLI,
CAROTTES, CHOU-
FLEUR

LÉGUMES DU JOUR
: HARICOTS VERTS,
CAROTTES ,
CAROTTES JAUNES

**LÉGUMES
MONTEGO :**
BROCOLI,
CAROTTES, CHOU-
FLEUR , CAROTTES
JAUNES

**LÉGUMES POT-AU-
FEU :** POMMES
DE TERRE ,
CAROTTES,
RUTABAGAS, ,
OIGNONS

**LÉGUMES
AUTOMNAL :**
CAROTTES,
RUTABAGAS,
COURGES
MUSQUÉES,
POMMES DE TERRE
DOUCES,
OIGNONS ROUGES

**SEPT
LÉGUMINEUSES :**
Haricots noirs,
haricots pinto ,
haricots blancs
great northern,
haricots rouge
foncé, pois
chiches, dolique à
oeil noir, haricots
de soissons

**LÉGUMES POT-AU-
FEU OU RAGOÛT :**
HARICOT VERT,
CELERI ,
CAROTTES,
RUTABAGAS, ,
OIGNONS

**LÉGUMES SOLEIL
LEVANT :**
HARICOTS VERTS,
CAROTTES ,
CAROTTES JAUNES

**LÉGUMES
SPAGHETTI :**
OIGNONS,
CELERIS,
CAROTTES,
POIVRONS VERTS,
POIVRONS
ROUGES