

SEMAINE DU 4 AU 8 DECEMBRE 2017

(Menu à titre indicatif)

Lundi 4

Macédoine et surimi / betteraves 1/2 œuf / salade de maïs, haricots rouges et chorizo / tomates au thon / ...

Sauté de porc au caramel ou côte grillé

Céréales gourmandes, haricot verts persillés

Salade

Entremet vanille ou chocolat / crème dessert /

crème brûlée / liégeois

Et fruit

Buffet de crudités

Tagliatelles poulet à la diable

Salade

Poire ou pêche pâtissière / yaourt

Et fruit

Mardi 5

Carottes râpées / salade d'anchois à la niçoise

Pamplemousse / salade de hareng / maquereau à la tomate /

salade italienne...

Cordon bleu ou escalope de dinde

Jardinière de légumes.

Salade

Roulé à la compote / ananas chantilly /

Crème crème renversé / riz au lait crème anglaise ou

caramel

Et fruit

Buffet de crudités

Hachis parmentier

salade

Crumble aux pommes \ Dessert poire,

caramel \ yaourt

Et fruit

Mercredi 6

Salade au fromage / macédoine de légumes / pêche au thon / ...

Moussaka / jambon grill, purée de carottes

Salade

Compote de fruit et gâteau Breton

Laitage

Buffet de crudités

Tartiflette

Salade

Cocktail de fruits chantilly

cake marbré

Jeudi 7

Friand / salade antillaise / betteraves / salade niçoise thon / ...

Filet de poisson sauce hollandaise

Pommes vapeur persillées / fenouil, carottes, navets et tomates rissolés.

Salade

Liégeois / crèmes dessert / tiramisu / pana cotta fruits

rouges / yaourt Et fruit

Buffet de crudités

Nems, riz cantonnais et salade

Salade

Mousse divers parfums / laitage

Et fruit

Vendredi 7

Salade au gruyère / Tomate gribiche ou mimosa /

Pamplemousse / Carottes râpées \ ...

Steak haché sauce au poivre ou omelette

Coquillettes, poêlée de légumes et choux-fleur.

Salade

Pâtisserie (brownie, cake, far,...) / laitage /...

Et fruit

*LÉGENDE :

-Viande / poisson œuf (1 à 2 fois par jour)

-Fruits et légumes crus ou cuit (5 fois par jour)

-Féculeux (à chaque repas penser au pain

sans le gaspiller)

-Produits laitier (3 fois par jour, penser au petit déjeuner et au goûté)