

Semaine 4		Normal	Hypocalorique	Hypo- Fculent	Diabétique	Pauvre en graisses	S/sel	Végétarien	S/porc
LUNDI	Midi	Feuilleté croissant emmental Paëlla (Haut de cuisse, chorizo, encornet, fruits de mer) Riz safrané Yaourt nature sucré Bio Fruit frais	Haricot vert vgte Haut de cuisse poulet origan Purée haricot vert X X	Haricot vert vgte Haut de cuisse poulet origan Purée haricot vert 100G Riz creole safrane 100G X X	Haricot vert vgte Haut de cuisse poulet origan Purée haricot vert 100G Riz creole safrane 100G X sans sucres X	Haricot vert vgte X X sans beurre Haché poulet au jus X X X	Haricot vert vgte Haut de cuisse poulet origan Riz créole safrane X X	X Paëlla au poisson X X	X Paëlla au poisson X X
	Soir	Radis rose au beurre Jambonneau confit Haricots beurre aux oignons Entremet chocolat	X sans beurre Haché poulet au jus X Entremet chocolat régime	X sans beurre Haché poulet au jus X 100G Pomme vapeur 100G Entremet chocolat régime	X X X 100G Pomme vapeur 100G Entremet chocolat régime	X sans beurre Haché poulet au jus X X X	X Haché poulet au jus X s/sel X X	X Grinioc légume Bio X X	X Haché poulet au jus X X
MARDI	Midi	Gaspacho tomate Sauté de porc sauce moutarde Lentilles Fromage frais Petit moulé ail et fines herbes Yaourt lait entier banane Bio	X Boulette de bœuf au jus Blette à la tomate X Yaourt fruit 0%	X Boulette de bœuf au jus X 100G Blette à la tomate 100G X Yaourt fruit 0%	X X X 100G Blette à la tomate 100G X Yaourt fruit 0%	X Boulette de bœuf au jus X X X X	X Boulette de bœuf au jus X Fromage sel X	X Nem végétariens X X X	X Boulette de bœuf au jus X X X
	Soir	Salade de blé maïs sauce ravigote Omelette nature Ratatouille Fruit frais	Salade blé ciboulette X X X	Salade blé ciboulette X X 100G Pâtes 100G X	Salade blé ciboulette X X 100G Pâtes 100G X	X X X X X	Salade blé ciboulette X X X X	X X X X	X X X X
MERCREDI	Midi	Œuf dur mayonnaise Merguez Purée patate douce & carotte Bio Fromage blanc Bio Beignet framboise	Œuf dur vinaigrette Escalope dinde au jus Carotte persillée X Entremet framboise s/sure	Œuf dur vinaigrette Escalope dinde au jus X 100G Carotte persillée 100G X Entremet framboise s/sure	X X Purée pomme de terre X 100G Carotte persillée 100G X Entremet framboise s/sure	Œuf dur vinaigrette X X X X Entremet framboise s/sure	Œuf dur vinaigrette Escalope dinde au jus X X X X	X Galette de lentilles X X X	X X X X
	Soir	Salade de pommes de terre aux épices marocaine Colin à la sauce Hollandaise Chou fleur persillé Fruit frais	Salade pomme de terre régime Colin sauce tomate X X	Salade pomme de terre régime Colin sauce tomate X 100G Riz créole 100G X	Salade pomme de terre régime X X 100G Riz créole 100G X	X Colin sauce tomate X X X	X Colin sauce tomate X X X	X X X X	X X X X
JEUDI	Midi	Concombre vinaigrette Rôti de dinde sauce aux pruneaux Frites Brie à la coupe Fruit frais Bio	X X au jus Epinard ail Fondue délice camembert X	X X au jus Pomme vapeur 100G Epinard ail 100G Fondue délice camembert X	X X au jus Pomme de terre sautée 100G Epinard ail 100G X X	X X X X X	X X au jus X X sans sel X	X Panismlie tomate mozza X X X	X X X X
	Soir	Taboulé menthe tomate Quiche aux Asperges Salade verte Yaourt nature sucré Bio	X Quenelle s/poisson sauce tomate Purée de carotte X	X Quenelle s/poisson sauce tomate Purée de carotte 100G Pâtes 100G X	X Quenelle s/poisson sauce tomate Purée de carotte 100G Pâtes 100G Yaourt nature sans sucre	X X X X	X Haché poulet au jus Purée de carotte X	X X X X	X X X X

Semaine 4		Normal	Hypocalorique	Hypo-Fée	Diabétique	Pauvre en graisses	S/sel	Végétarien	S/porc
VENDREDI	Midi	Carottes rapées Bio vinaigrette Filet de colin meunière Petis pois à la Française (carotte, oignon, salade)	X Colin sauce citron X	X Colin sauce citron X 100G	X X X 100G	X Colin sauce citron X	X Colin sauce citron X	X X X	X X X
	Soir	Edam à la coupe Salade de fruits maison (pomme, abricot, cerise)	Fondu délice emmental X	Fondu délice emmental X	X X	Fondu délice emmental X	Fromage sans sel X	X X	X X
SAMEDI	Midi	Salade coleslaw au bacon Boudin noir sauce pomme Purée de pomme de terre Fromage frais Saint Morêt Fromage blanc aux fruits	X vinaigrette X Salsifis persillées huile d'olive X X nature Bio	X vinaigrette X X 100G X X nature Bio	X X nature X 100G X X nature Bio	X vinaigrette X X X X	X vinaigrette Haché poulet sauce tomate X X X	X vinaigrette Galette boulgour mexicaine X X X	X vinaigrette Haché poulet sauce tomate X X X
	Soir	Salade de riz petits pois, olives, carottes Cuisse de poulet Basquaise Haricots verts persillés Compote pomme groseille	Brocoli vinaigrette X X X	Brocoli vinaigrette X X 100G Polenta 100G X	Brocoli vinaigrette X X 100G Polenta 100G X	X X X X	X X X X	X Tatin tomate confite X X	X X X X
DIMANCHE	Midi	Céleri rave à la Grecque (tomate, coriandre) Rôti de bœuf au jus Poêlée printanière (carotte courgette haricot plat) Carré de l'est à la coupe Paris Brest	X X Poêlée printanière St Bricet Crème pâtissière vanille allégée	X X Semoule 100G Poêlée printanière 100G St Bricet Crème pâtissière vanille allégée	X X Semoule 100G Poêlée printanière 100G X Crème pâtissière vanille allégée	X X X St Bricet Crème pâtissière vanille allégée	Céleri rave vgte X X X/s/s sel X	X Feuilleté de saumon X X X	X X X X X
	Soir	Chou fleur sauce cocktail Gratin de cavatappis aux épinards Yaourt aromatisé	Chou fleur vinaigrette Œuf mollet sauce tomate Epinard ail Yaourt fruit 0%	Chou fleur vinaigrette Œuf mollet sauce tomate Pâtes 100G Epinard ail 100G Yaourt fruit 0%	Chou fleur vinaigrette Œuf mollet sauce tomate Pâtes 100G Epinard ail 100G Yaourt fruit 0%	Chou fleur vinaigrette Œuf mollet sauce tomate Pâtes X	Chou fleur vinaigrette Œuf mollet sauce tomate Pâtes X	X X X X	X X X X

Semaine 4		Normal	S/poisson	Végétarien s/poisson	Riche en fibres	Pauvre en fibres	S/gluten	Mixé	Haché
LUNDI	Midi	Feuilleté croissant emmental	X	X	X	X	Haricot vert vtge	X	Haricot vert vtge
		Paëlla (Haut de cuisse, chorizo, encornet, fruits de mer)	Haut de cuisse poulet origan	Egréné de soja sauce curry	Haut de cuisse poulet origan	X	X	Colin sauce citron	Paëlla au poisson
	Yaourt nature sucré Bio	Riz créole safrane	Riz créole safrane	Riz complet	X	X	Riz créole safrane	X	
	Fruit frais	X	X	X	Compote pomme Bio	X	Compote pomme Bio	Compote pomme Bio	
Soir	Radis rose au beurre	X	X	X	Haricot beurre vtge	X	Haricot beurre vtge	Haricot beurre vtge	
	Jambonneau confit Haricots beurre aux oignons	X X	Grinoc légume Bio X	X X	X Purée épinards	X X	Haché poulet au jus X	X X	
MARDI	Midi	Gaspacho tomate	X	X	X	X	X	X	X
		Sauté de porc sauce moutarde Lentilles	X X	Nem végétariens X	X X	X Purée de céleri	X X	Boulettes de bœuf X	X X
	Fromage frais Petit moulé ail et fines herbes Yaourt lait entier banane Bio	X X	X X	X X	X X	Fraidou X	X X	X X	
	Soir	Salade de blé maïs sauce ravigote Omelette nature Ratatouille	X X X	X X X	X X X	Salade blé ciboulette X Purée de potiron	Macédoine X X	Salade blé ciboulette X X	X X X
MERCREDI	Soir	Œuf dur mayonnaise Merguez Purée patate douce & carotte Bio	X X X	X Galette de lentilles X	X X X	X X X	X X X	X X X	X Escalope dinde au jus X
		Fromage blanc Bio Beignet framboise	X X	X X	X X	X Entremet framboise s/sure	X Madeleine s/gluten	X X	X X
	Soir	Salade de pommes de terre aux épices marocaines Colin à la sauce Hollandaise Chou fleur persillé	X Boulettes lentilles sce tomate X	X Boulettes lentilles sce tomate X	X X X	X régime X Purée de courgettes	X X X	X X X	X X X
	Fruit frais	X	X	X	Purée de pomme Bio	X	Purée de pomme pruneau	Purée de pomme pruneau	
JEUDI	Midi	Concombre vinaigrette Rôti de dinde sauce aux pruneaux Frites	X X X	X Panismile tomate mozza X	X X X	X X au jus X	X X X	X X Pomme de terre sautées	X X Pomme de terre sautées
		Brie à la coupe Fruit frais Bio	X X	X X	X X	X Purée pomme Bio	X X	Fondu délice camembert Purée pomme Bio	X Purée pomme Bio
	Soir	Taboulé menthe tomate Quiche aux Asperges Salade verte	X X X	X X X	X X X	X Quenelles s/poisson sauce toma Purée de carotte	Macédoine Haché poulet au jus Purée de carotte	Macédoine Quenelles s/poisson sauce tomate Purée de carotte	X X Purée de carotte
		Yaourt nature sucré Bio	X	X	X	X	X	X	

Semaine 4		Normal	S/poisson	Végétarien s/poisson	Riche en fibres	Pauvre en fibres	S/gluten	Mixé	Haché
VENDREDI	Midi	Carottes rapées Bio vinaigrette Filet de colin meunière Petis pois à la Française (carotte, oignon, salade)	X Escalope de dinde viennoise X	X Pané fromager X	X X X	Haricot vert vinaigrette X Purée potiron	X Colin rondelle citron X	X Colin sauce citron X Fondu délice emmental	X X X
	Soir	Edam à la coupe Salade de fruits maison (pomme, abricot, cerise)	X X	X X	X X	X Compote pomme rhubarbe	X X	Fondu délice emmental Compote pomme rhubarbe	X X
SAMEDI	Midi	Salade coleslaw au bacon Boudin noir sauce pomme Purée de pomme de terre Fromage frais Saint Morêt Fromage blanc aux fruits	X X X X X	X Galette boulgour mexicaine X	X X X	Haricots beurre vgte X Nature X	X s/croûtons X X	Haricots beurre vgte X X	Haricots beurre vgte X X
	Soir	Salade de riz petits pois, olives, carottes Cuisse de poulet Basquaise Haricots verts persillés Compote pomme groseille	X X X X	X Tatin tomate confite X	Brocoli vinaigrette X X	X régime X à l'origan Purée de haricots verts	X X X	Brocoli vinaigrette Filet de poulet sauce tomate X Compote pomme Bio	X Filet de poulet sauce tomate X X
DIMANCHE	Midi	Céleri rave à la Grecque (tomate, coriandre) Rôti de bœuf au jus Poêlée printannière (carotte courgette haricot plat)	X X X	X Feuilleté 4 fromages X	X X X	Flan courgette X Purée brocolis	Céleri rave vgte X X	X X X	X X X
	Soir	Carré de l'est à la coupe Paris Brest Chou fleur sauce cocktail Gratin de cavatappis aux épinards Yaourt aromatisé	X X X X X	X X X	X X X	X X Pâtes	X Madeleine sans gluten X Pâtes sans gluten	St Bricet X X	X X X