

Lundi			2		9
Mardi			3		10
Mercredi			4		11
Jeudi			5		12
Vendredi			6		13
Samedi			7		14
Dimanche	1		8		15

	16		23
	17		24
	18		25
	19		26
	20		27
	21		28
	22		29

Granola pommes-aireselles	30	Granola pommes-aireselles
Soupe aux pois cassé		Crème de poireaux
Fruits		Fruits
		Tarte aux carottes, lentilles corail, oignon
Porridge aux dattes	31	Porridge Aux dattes
Crème de maïs		Crème de Poireaux
Banana bread		Banana bread
		Riz sauté aux légumes d'hiver
Tartine		
Pain perdu		
Viennoiseries		

Lundi			6	Granola poire, gingembre	13	Granola banane coco	20	Granola figes et noix
				Crème panais chataignes		Crème d'endive		Soupe à l'orge
				Fruits		Fruits		Fruits
				Focaccia		Quiche poireaux roquefort		Pizza 4 saisons
Mardi			7	Porridge aux figes	14	Porridge aux raisins secs	21	Porridge aux pruneaux
				Crème panais chataignes		Bouillon chinois		Soupe à l'orge
				Banana bread		Banana bread		Banana bread
				Gratin grec		Couscous végétarien		Risotto Chapignon parmesan
Mercredi	1	Tartine	8	Tartine	15	Tartine	22	Tartine
		Crème de poireaux		Soupe aux 2 céleri		Bouillon chinois		Soupe bulgare aux lentilles
		Yaourt + compote		Yaourt + compote		Yaourt + compote		Yaourt + compote
		Boudin compote purée		Steak Frites Salade		Saucisse stoemp		mi-cuit de thon, grenailles, ratatouille d'hiver
Jeudi	2	Gauffres à la cannelle	9	Pain perdu	16	Gauffres au chocolat	23	Pain perdu
		Velouté carottes marocaine		Soupe aux 2 céleri		Bouillon chinois		Soupe bulgare aux lentilles
		crème chocolat banane		crème amande poires		Crème vanille ananas		Crème cannelle pommes
		Parmentier de poulet au butternut		Orge perlé au soja - Légumes grillés à l'ail		Flan de légumes verts		Minestrone gratiné
Vendredi	3	Granola banane coco	10	Granola fige et noix	17	Granola pommes-aireselles	24	Granola poire gingembre
		Velouté carottes marocaine		Soupe aux 2 céleri		Crème carottes orange		Soupe bulgare aux lentilles
		Galette		Galette		Galette		Galette
		One pot pasta		Nouilles sautées		Lasagne chèvre -épinards		Spaghetti bolo au quorn
Samedi	4	Porridge aux raisins secs	11	Porridge aux pruneaux	18	Porridge aux dattes	25	Porridge aux figes
		Velouté carottes marocaine		Crème d'endive		Crème carottes orange		Soupe aux pois cassé
		Crumble aux fruits		Crumble aux fruits		Crumble aux fruits		Crumble aux fruits
		Burger Bœuf - Frites - Salade		Galettes Bretonnes		Gnocchis - Sautés de veau - Oignons confits		Falafels aux épinards- Salade
Dimanche	5	Pancakes	12	Vienoiseries	19	Pancakes	26	Vienoiseries
		Crème panais chataignes		Crème d'endive		Crème carottes orange		Soupe aux pois cassé
		Rocher coco		Hélénètes		Sablés miel cannelle		Cookies

Curry de légume à la coco

Poisson pané - étuvée de poireaux

Blanquette

Poelée de légumes thai au tofu



Lundi			6	Porridge	13	Porridge	20	Porridge
				Crème de tomate		Velouté de volaille		Crème de chou fleur
				Fruits		Fruits		Fruits
				tarte au maroile		pizza chevre - épinards		Quiche asperges
Mardi			7	Granola	14	Granola	21	Granola
				Crème de tomate		Velouté de volaille		Velouté de champignons
				Fruits		Fruits		Fruits
				Couscous merguez		Chili sin carne		Poulet Curry
Mercredi	1		8	Porridge	15	Porridge	22	Porridge
				Crème de maïs		Crème de carotte thai		Velouté de champignons
				Fruits		Fruits		Fruits
				Boudin compote purée		Steak frites salade		Omelette aux champignons + pdt sautées
Jeudi	2		9	Gauffres	16	Banana bread	23	Gauffres
				Crème de maïs		Crème de carotte thai		Velouté de champignons
				Fruits		Fruits		Fruits
				Gratin grec		Flan de légumes méditerranéens		Tartiflette
Vendredi	3		10	Granola	17	Granola	24	Granola
				Soupe de légumes verts		Crème de carotte thai		Hoche-pot
				Fruits		Fruits		Fruits
				Farfalle aux 3 fromages		Lasagnes		Pâtes au champignons et à l'ail
Samedi	4		11	Porridge	18	Porridge	25	Porridge
				Soupe de légumes verts		Crème de chou fleur		Hoche-pot
				Fruits		Fruits		Fruits
				Fondue chinoise		Raclette + pdt grillées		Roulades de chicons / poireaux + riz
Dimanche	5		12	Viennoiseries	19	Viennoiseries	26	Pancakes
				Soupe de légumes verts		Crème de chou fleur		Hoche-pot
				Fruits		Fruits		Fruits

Cheese & wine

Fondue fromage

Roti de porc + croquettes

Nouilles sautée aux œufs

27	Porridge
	Creme d'asperge
	Fruits
	Pizza ortolana
28	Granola
	Creme d'asperge
	Fruits
	Risotto aux légumes curcuma et fèves
29	Porridge
	Creme d'asperge
	Fruits
	Poisson pané + potée
30	Bricole
	Soupe potiron
	Fruits
	Poulet Tandoori
31	Granola
	Soupe potiron
	Fruits
	Pates carbonnara



Lundi	1		8	Porridge	15	Porridge	22	Porridge	29	Porridge
		bouillon chinois		Soupe thaïe aux carottes		crème de champignons		soupe cerfeuil		
		Fruits		Fruits		Fruits		Fruits		
				Pizza 4 saisons		Quiche asperges		Chili sin carne + fajitas maison		Pizza chèvre
Mardi	2		9	Granola	16	Granola	23	Granola	30	Granola
		bouillon chinois		Soupe thaïe aux carottes		crème de champignons		crème d'asperges		
		Fruits		Fruits		Fruits		Fruits		
				Mezze + falafels		Salade cesar		One pot pasta		couscous merguez
Mercredi	3	Porridge	10	Porridge	17	Porridge	24	Porridge	31	Porridge
				Soupe tomate		Soupe thaïe aux carottes		soupe epinard		crème d'asperges
		Fruits		Fruits		Fruits		Fruits		Fruits
				Risotto		Burgers vg + pdt au four		Tartare de Boeuf		wok tofu
Jeudi	4	brioche	11	gauffre	18	brioche	25	gauffre		
		Soupe brocoli		Soupe tomate		Minestrone		soupe epinard		
		Fruits		Fruits		Fruits		Fruits		
				Sushis thon		légumes grillés + orge pilaf au soja		Oeufs mimosa, salade aux asperges		
Vendredi	5	Granola	12	Granola	19	Granola	26	Granola		
		Soupe brocoli		Soupe tomate		Minestrone		soupe epinard		
		Fruits		Fruits		Fruits		Fruits		
				Gratin grec		lasagne chevre épinard		salade grecque		
Samedi	6	Porridge	13	Porridge	20	Porridge	27	Porridge		
		Soupe brocoli		crème de volaille		Minestrone		soupe cerfeuil		
		Fruits		Fruits		Fruits		Fruits		
				Boudin compote purée		boudin compote purée		galette bretonnes		
Dimanche	7	Vienoiserie	14	Pancakes	21	Vienoiserie	28	Pancakes		
		bouillon chinois		crème de volaille		crème de champignons		soupe cerfeuil		
		Fruits		Fruits		Fruits		Fruits		
				Spaghetti bolognaise		Cheese & wine		escalope volaille mozza + gnocchis		

Lundi <i>(quiche / pizza / pain)</i>	1	Porridge	8	Porridge	15	Porridge	22
		fruits		Fruits		Fruits	
		Quiche asperges parme		Pizza 4 saisons		Feuilletés de légumes au fromage de brebis	
Mardi <i>(légumineuses)</i>	2	Granola	9	Granola	16	Granola	23
		fruits		Fruits		Fruits	
		Fallafels, Mezze, pain		Burger végétarien, taboulé de quinoa		Chili sin carne	
Mercredi <i>(viande / œufs)</i>	3	Porridge	10	Porridge	17	Porridge	24
		fruits		Fruits		Fruits	
		Salade d'œufs durs		Steak frites		Américain frites	
Jeudi <i>(pâtes)</i>	4	brioche	11	gauffre	18	brioche	25
		fruits		Fruits		Fruits	
		Penne Arrabiatta		lasagne chèvre épinard		Spaghetti bolognaise	
Vendredi <i>(salades)</i>	5	Granola	12	Granola	19	Granola	26
		fruits		Fruits		Fruits	
		Salade mexicaine		Salade de pâtes au thon		Salade grecque	
Samedi <i>(viande / poisson)</i>	6	Porridge	13	Porridge	20	Porridge	27
		fruits		Fruits		Fruits	
		Boudin compote purée		Poulet tandoori + riz		Boudin compote purée	
Dimanche	7	Viennoiseries	14	Pancakes	21	Viennoiseries	28
		fruits		Fruits		Fruits	
		Cheese & Wine		Parmentier de légumes		Cheese & Wine	

Porridge	29	Porridge
Fruits		Fruits
Brushetta		Pitta
Granola	30	Granola
Fruits		Fruits
Légumes farcis au riz et au soja		Salade de lentille à la feta
Porridge	31	Porridge
Fruits		Fruits
Tartare de bœuf à l'italienne		Poulet roti, salade, pdt rissolées au thym
gauffre		
Fruits		
Pates Carbonara		
Granola		
Fruits		
Salade italienne		
Porridge		
Fruits		
Poisson tartare, pomme de terre		
Pancakes		
Fruits		
Barbecue		