

PÉRIODE DU 14 NOVEMBRE AU 05 DECEMBRE 2022



ALLERGIES
P. LAITIERS & OEUFS

ALLERGIES
PRODUITS LAITIERS

ALLERGIES
AUX OEUFS

SEMAINE 1	LUNDI 14	MARDI 15	MERCREDI 16	JEUDI 17	VENDREDI 18
14 NOV	SAUTÉ DE POULET À L'INDIENNE AVEC TOMATE CAROTTE ET POIS VERT ET RIZ	SPAGHETTI SAUCE TOMATE, BOEUF HACHÉE ET LÉGUMES SPAGHETTI	VELOUTÉ PATATE DOUCE, ET POMME DE TERRE AVEC FEUILLETÉ AUX CHAMPIGNON	FRICADELLE DE POISSON LÉGUMES ROMANESCO ET CUBE DE POMME DE TERRE	LASAGNE SAUCE TOMATE AUX LÉGUMES SPAGHETTI ET PROTEINE DE SOYA
DESSERT	YOGOURT AUX FRUITS	ORANGE	YOGOURT AUX FRUITS	CLÉMENTINE	GÂTEAU AU ZUCCHINI
C. AM	POIRES	POMME	BANANE	ANANAS	MELON
C. PM	CRAQUELIN ET HUMMUS	GALETTE AVOINE ET CAROTTE	CRAQUELIN ET HUMMUS	MUFFIN SON ET BANANE	BISCUIT PATE D'OURS

SEMAINE 2	LUNDI 21	MARDI 22	MERCREDI 23	JEUDI 24	VENDREDI 25
21 NOV	FUSILI SAUCE ROSÉE THON ET CAROTTE	COUSCOUS LÉGUMES AUTOMNAL, RAISIN SEC ET POIS CHICHE	BATONNET DE FROMAGE ET PETIT PAIN SERVI AVEC SOUPE AUX POMME DE TERRE COURGE	BOULETTES BASQUAISES RIZ À LA SAUCE TOMATE ET LÉGUMES SPAGHETTI	PÂTÉ AU POULET CÉLERI CAROTTE PETIT POIS POMME DE TERRE
DESSERT	RAISIN	YOGOURT AUX FRUITS	COMPOTE DE FRUITS	MUFFIN SON ET BLEUET	YOGOURT AUX FRUITS
C. AM	POIRES	POMME	CLEMENTINE	ORANGE	BANANE
C. PM	CRAQUELIN POISSON AUX FROMAGE	GALETTE AVOINE ET FRAMBOISE	BISCUIT PATE D'OURS	½ PITA ET CONFITURE	CÉRÉALES

SEMAINE 3	LUNDI 28	MARDI 29	MERCREDI 30	JEUDI 1	VENDREDI 2
28 NOV	FILET DE POISSON À L'ITALIENNE SERVI AVEC RIZ AUX LÉGUMES MACÉDOINE	SOUPE MINISTRONE ALPHABET AVEC FEUILLETÉ AUX FROMAGE	MACARONI AUX ÉPINARDS, TOMATE EN DÉS, OIGNON ET POIVRON ROUGE AU FROMAGE MOZZARELLA	LANGUETTE DE POULET LÉGUMES DU JOUR ET CUBE DE POMME DE TERRE	HACHIS PARMENTIER, BOEUF FROMAGE ET CAROTTE
DESSERT	CLEMENTINE	YOGOURT AUX FRUITS	BANANE	YOGOURT AUX FRUITS	GÂTEAU AUX DATTES
C. AM	ORANGE	POMME	ANANAS	POIRES	BANANE
C. PM	MUFFIN À LA CITROUILLE	GALETTE AVOINE	MUFFIN SON	TOAST ET FROMAGE À LA CRÈME	BISCUIT PATE D'OURS

SEMAINE 4	LUNDI 5	MARDI 6	MERCREDI 7	JEUDI 8	VENDREDI 9
5 DÉC	MACARONI SAUCE ROSÉE SAUMON ET CAROTTE	POULET TERYAKI POIVRON, CAROTTE PATATE DOUCE ET RIZ PILAF	VELOUTÉ CITROUILLE, LENTILLE ROUGE ET POMME DE TERRE SERVI PIZZA TROIS FROMAGES	PAVÉ NEPTUNE : POMME DE TERRE, THON, POIVRON ROUGE OIGNON VERT HACHÉ	PÂTÉ CHINOIS SERVI AVEC DES CAROTTES
DESSERT	YOGOURT AUX FRUITS	ANANAS	POIRES	MUFFIN SON ET BANANE	YOGOURT AUX FRUITS
C. AM	CLEMENTINE	POMME	BANANE	ORANGE	MELON
C. PM	BISCUIT PATE D'OURS	TARTINADE DE TOFU ET CRAQUELIN	GALETTE AVOINE ET CAROTTE	½ MUFFIN ANGLAIS ET FROMAGE À LA CRÈME	CRAQUELIN POISSON AUX FROMAGE

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

**LÉGUMES
MINISTRONE :**
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

SIX LÉGUMINEUSES
: Pois chiches,
haricots rouge
foncé, dolique à
oeil noir, haricots
blanc, haricots
romains, haricots
de lima, eau , sel,
chlorure de
calcium, edta
disodique

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

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