

PÉRIODE DU 6 AU 31 MARS 2023



ALLERGIES
P. LAITIERS & OEUFS

ALLERGIES
PRODUITS LAITIERS

ALLERGIES
AUX OEUFS

SEMAINE 1	LUNDI 6	MARDI 7	MERCREDI 8	JEUDI 9	VENDREDI 10
06 MARS	VELOUTÉ CAROTTE, LENTILLE ROUGE ET POMME DE TERRE AVEC FEUILLETÉ AUX CHAMPIGNON ET FROMAGE	FUSILI SAUCE ROSÉE SAUMON ET CAROTTE	LANGUETTE DE POULET LÉGUMES DU JOUR ET CUBE DE POMME DE TERRE	MIJOTÉ LÉGUMES MACÉDOINES, PROTEINE DE SOYA LENTILLES SERVI AVEC RIZ	LASAGNE SAUCE TOMATE AUX LÉGUMES SPAGHETTI ET BOEUF HACHÉ
DESSERT	RAISIN	YOGOURT AUX FRUITS	MUFFIN SON ET BANANE	ORANGE	YOGOURT AUX FRUITS
C. AM	ORANGE	POIRE	NECTARINE	POMME	BANANE
C. PM	CRAQUELIN ET HUMMUS	GALETTE AVOINE ET CAROTTE	½ MUFFIN ANGLAIS ET FROMAGE À LA CRÈME	GÂTEAU AU ZUCCHINI	BISCUIT PATE D'OURS

SEMAINE 2	LUNDI 13	MARDI 14	MERCREDI 15	JEUDI 16	VENDREDI 17
13 MARS	SAUTÉ DE POULET À L'INDIENNE AVEC TOMATE CAROTTE ET POIS VERT ET RIZ	VELOUTÉ POIS CASSÉ, BROCOLI ET POMME DE TERRE SERVI AVEC CRAQUELIN ET FROMAGE	HACHIS PARMENTIER, BOEUF FROMAGE ET CAROTTE	MACARONI AUX ÉPINARDS, TOMATE EN DÉS, OIGNON ET POIVRON ROUGE AU FROMAGE MOZZARELLA	SANDWICH AU THON ET SALADE CAROTTE MAÏS
DESSERT	RAISIN	YOGOURT AUX FRUITS	COMPOTE DE FRUITS	ORANGE	YOGOURT AUX FRUITS
C. AM	CLEMENTINE	POMME	POIRE	MELON	BANANE
C. PM	CRAQUELIN POISSON AUX FROMAGE	GALETTE AVOINE ET FRAMBOISE	BISCUIT PATE D'OURS	GÂTEAU AUX RAISINS	CÉRÉALES

SEMAINE 3	LUNDI 20	MARDI 21	MERCREDI 22	JEUDI 23	VENDREDI 24
20 MARS	CASSEROLE DE PÂTES GRATINÉ AU BOEUF, AUX LENTILLES ET AU BROCOLI	COUSCOUS LÉGUMES AUTOMNAL POULET ET POIS CHICHE	VELOUTÉ PATATE DOUCE, POIS CHICHE ET POMME DE TERRE AVEC FEUILLETÉ AUX FROMAGES	CHILI PROTÉINES DE SOYA, POIS ET CAROTTES AVEC DU RIZ	SANDWICH AUX OEUFS ET SALADE CAROTTE CONCOMBRE
DESSERT	YOGOURT AUX FRUITS	ORANGE	YOGOURT AUX FRUITS	RAISIN	YOGOURT AUX FRUITS
C. AM	POIRES	POMME	ANANAS	ORANGE	BANANE
C. PM	TARTINADE DE TOFU ET CRAQUELIN	GALETTE AVOINE	MUFFIN SON	TOAST ET FROMAGE À LA CRÈME	BISCUIT PATE D'OURS

SEMAINE 4	LUNDI 27	MARDI 28	MERCREDI 29	JEUDI 30	VENDREDI 31
27 MARS	FILET DE POISSON À L'ITALIENNE SERVI AVEC RIZ AUX LÉGUMES MACÉDOINE	SAUTÉ DE POMME DE TERRE ROTI, POULET, CAROTTE, COURGE ET POIVRON	CASSEROLE DE MACARONI GRATINÉ AUX LÉGUMES STYLE ITALIEN ET AU TOFU	VELOUTÉ CITROUILLE, LENTILLE ROUGE ET POMME DE TERRE SERVI PIZZA TROIS FROMAGES	PÂTÉ CHINOIS SERVI AVEC DES CAROTTES
DESSERT	YOGOURT AUX FRUITS	MUFFIN SON ET BANANE	ANANAS	YOGOURT AUX FRUITS	POIRES
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