



JOUER
C'EST APPRENDRE
garderie

PÉRIODE DU 13 NOVEMBRE AU 8 DÉCEMBRE 2023

ALLERGIES
P. LAITIERS & OEUFS

ALLERGIES
PRODUITS LAITIERS

ALLERGIES
AUX OEUFS

SEMAINE 1	LUNDI 13	MARDI 14	MERCREDI 15	JEUDI 16	VENDREDI 17
13 nov	MACARONI À L'AIGLEFIN, SAUCE ROSÉE, OIGNON ET BRISURES DE BROCOLI	BATONNET DE FROMAGE ET PETIT PAIN SERVI AVEC SOUPE AUX POMME DE TERRE ET COURGE	BOULGOUR ET SAUCE TOMATE BŒUF HACHÉ, CAROTTE, POIVRONS ET CÉLERI	LASAGNE SAUCE TOMATE AUX LÉGUMES SPAGHETTI ET PROTEINE DE SOYA	LANGUETTE DE POULET LÉGUMES DU JOUR ET CUBE DE POMME DE TERRE
DESSERT	POIRE	YOGOURT AUX FRUITS	COMPOTE DE FRUITS	BANANE	YOGOURT AUX FRUITS
C. AM	POMME	CLÉMENTINES	MELON	CANTALOUPE	RAISIN
C. PM	BISCUIT PATE D'OURS	MUFFIN SON ET BANANE	GALETTE AVOINE ET CAROTTE	TOAST ET FROMAGE À LA CRÈME	BARRE TENDRE FRUITÉ
SEMAINE 2	LUNDI 21	MARDI 22	MERCREDI 23	JEUDI 24	VENDREDI 25
20 nov	CASSEROLE DE MACARONI GRATINÉ AUX LÉGUMES STYLE ITALIEN ET AU TOFU	FRICADELLE DE POISSON ROMANESCO ET CUBE DE POMME DE TERRE	VELOUTÉ LENTILLES ROUGES, CAROTTE ET POMME DE TERRE SERVI FEUILLETÉS AUX FROMAGES	PÂTÉ CHINOIS	COUSCOUS LÉGUMES AUTOMNAL, POULET ET POIS CHICHE
DESSERT	YOGOURT AUX FRUITS	POMMES	YOGOURT AUX FRUITS	ORANGES	COMPOTE DE FRUITS
C. AM	BANANE	POIRE	CANTALOUPE	POMMES	MELON
C. PM	½ PITA ET CONFITURE	GALETTE AVOINE ET CAROTTE	MUFFIN SON ET BANANE	BARRE TENDRE FRUITÉ	CÉRÉALES
SEMAINE 3	LUNDI 27	MARDI 28	MERCREDI 29	JEUDI 30	VENDREDI 1
27 nov	CASSEROLE DE RAVIOLI AU FROMAGE SAUCE ROSÉE ET CHOUX-FLEUR	BOULETTES BASQUAISES RIZ À LA SAUCE TOMATE ET LÉGUMES SPAGHETTI	SOUPE MINISTRONE ALPHABET POULET ET LENTILLES SERVI AVEC CRAQUELIN	SPAGHETTI SAUCE TOMATE POULET, POIVRON, CAROTTE, CÉLERI ET OIGNON	PAVÉ NEPTUNE : POMME DE TERRE, THON, POIVRON ROUGE OIGNON VERT HACHÉ
DESSERT	POIRE	CANTALOUPE	YOGOURT AUX FRUITS	BANANE	YOGOURT AUX FRUITS
C. AM	BANANE	ORANGE	POMME	ANANAS	MELON
C. PM	BARRE NUTRIGRAIN	MUFFIN À LA CITROUILLE	BISCUIT PATE D'OURS	GÂTEAU AU ZUCCHINI	½ MUFFIN ANGLAIS ET FROMAGE À LA CRÈME
SEMAINE 4	LUNDI 4	MARDI 5	MERCREDI 6	JEUDI 7	VENDREDI 8
4 Déc	VELOUTÉ CITROUILLE, LENTILLE ROUGE ET POMME DE TERRE SERVI PIZZA TROIS FROMAGES	MACARONI SAUCE ROSÉE SAUMON ET CAROTTE	SAUTÉ DE POULET À L'INDIENNE AVEC TOMATE CAROTTE ET POIS VERT ET RIZ	HACHIS PARMENTIER, BOEUF FROMAGE ET CAROTTE	CASSEROLE DE TORTELLINI AU FROMAGE SAUCE ROSÉE ET CHOUX-FLEUR
DESSERT	YOGOURT AUX FRUITS	CLÉMENTINES	YOGOURT AUX FRUITS	POIRE	YOGOURT AUX FRUITS
C. AM	POMME	BANANE	ANANAS	CANTALOUPE	MELON
C. PM	BARRE NUTRIGRAIN	GALETTE AVOINE ET FRAMBOISE	MUFFIN SON ET BANANE	CRAQUELIN ET HUMMUS	BARRE TENDRE FRUITÉ

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

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

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