

PÉRIODE DU 5 FÉVRIER AU 1 MARS 2024

ALLERGIES
P. LAITIERS & OEUFS

ALLERGIES
PRODUITS LAITIERS

ALLERGIES
AUX OEUFS



SEMAINE
1

LUNDI

5

MARDI

6

MERCREDI

7

JEUDI

8

VENDREDI

9

5
Févr

TOFU POMME DE
TERRE ET COURGEI

LENTILLES ROUGES,
CAROTTE ET
POMME DE TERRE

FILET DE SOLE
POMME DE TERRE ET
CHOUX-FLEUR

BOEUF POMME DE
TERRE ET BROCOLI

POUET HARICOT
COULEUR ET
POMME DE TERRE

SEMAINE
2

LUNDI

12

MARDI

13

MERCREDI

14

JEUDI

15

VENDREDI

16

12
Févr

TOFU POMME DE
TERRE ET CAROTTEI

LENTILLES ROUGES,
NAVET ET POMME
DE TERRE

FILET DE SOLE
POMME DE TERRE ET
BROCOLI

BOEUF POMME DE
TERRE ET PATATE
DOUCE

POUET CHOUX-
FLEUR ET POMME
DE TERRE

SEMAINE
3

LUNDI

19

MARDI

20

MERCREDI

21

JEUDI

22

VENDREDI

23

19
Févr

TOFU POMME DE
TERRE ET BROCOLI

LENTILLES ROUGES,
COURGE ET
POMME DE TERRE

FILET DE SOLE
POMME DE TERRE ET
NAVET

BOEUF POMME DE
TERRE ET CHOUX-
FLEUR

POUET CAROTTE
ET POMME DE
TERRE

SEMAINE
4

LUNDI

26

MARDI

27

MERCREDI

28

JEUDI

29

VENDREDI

1

26
Févr

TOFU POMME DE
TERRE ET COURGEI

LENTILLES ROUGES,
CAROTTE ET
POMME DE TERRE

FILET DE SOLE
POMME DE TERRE ET
CHOUX-FLEUR

BOEUF POMME DE
TERRE ET BROCOLI

POUET HARICOT
COULEUR ET
POMME DE TERRE

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