

Menu du
10 janvier 2022
au
16 janvier 2022



Gourmand



Saison



Inspiration
du chef

Lundi

Déjeuner

Demi-pamplemousse
Duo de merguez et chipolata
Mousseline de légumes
(céleri, carotte, pomme de terre)
Fromage ou laitage
Riz au lait à la vanille

Dîner

Farfalles aux champignons, noix
et sésame
Croque Monsieur à la dinde
Salade verte
Laitage
Fruit de saison

Mardi

Déjeuner

Betteraves au vinaigre de Xérès
Estouffade de joue de bœuf
Frites/ Pommes noisettes/jardinières de légumes
Laitage
Smoothie orange
banane myrtille

Dîner

Potage de légumes
Filet de colin d'Alaska
rôti aux deux céleris
Carottes au jus
Fromage ou laitage
Biscuit roulé crème
parfumée aux marrons

Mercredi

Déjeuner

Pâté de campagne et cornichons
Waterzoï
Fromage ou laitage
Clémentines

Dîner

Potage de légumes
Quiche aux oignons
Salade verte
Laitage
Pomme rôtie à la cannelle

Jeudi

Déjeuner Inspiration du Chef

carottes et cacahuètes
vinaigrette Garam Masala
Chana et ses légumes
(riz, carottes, petits pois, pois
chiches, lentilles, mangue, curry)
Fromage ou laitage
Halva caramel amande pistache

Dîner

Bouillon de légumes aux vermicelles
Gratin de chou fleur
à la dinde
Laitage
Fruit de saison

Vendredi

Déjeuner

Macédoines de légumes
Parmentier aux patates douces,
poisson blanc et aneth
Fromage ou laitage
Fruit de saison

Dîner

Carotte rapée à la graine de moutarde
Feuilleté œuf, épinards
à la crème et mozzarella
Laitage
Compote aux trois fruits

Samedi

Déjeuner

Coleslaw au jambon fumé
et oignons frits
Emincé de dinde à l'estragon
Haricots verts
Polenta rôtie au four
Laitage
Cake orange gingembre
et chocolat

Dîner

Potage de légumes
Spaghetti sauce façon bolognaise
à partager
Fromage ou laitage
Ananas à la menthe

Dimanche

Déjeuner

Batavia émietté de saumon
et poisson blanc à l'aneth
Boudin blanc
Ecrasé de pommes de terre
Quartier de pommes fruits rôties
Fromage ou laitage
Petit pot de crème au miel

Dîner

Potage Saint-Germain
aux pois cassés
Quiche de légumes au Brie
Laitage
Fruit de saison

