

Menu du 03 octobre 2022 au 09 octobre 2022



Gourmand



Saison



Inspiration
du chef

Lundi

Déjeuner

Cake au thon ciboulette, sauce crème
Steak haché de bœuf sauce charcutière
Carottes braisées au jus
yaourt nature
fruit de saison

Dîner

Betteraves au vinaigre de cidre
Terrine au brocoli et thym
Pommes de terre sautées
edam
Fromage blanc à la cassonade

Mardi

Déjeuner

Batavia, maïs
Saucisses chipolatas rôties
Haricots coco à la tomate
brie
Pot de crème au marron parfumée
à la fleur d'oranger

Dîner

Potage de chou vert
Brandade de poisson
Salade verte
fromage blanc
Fruit de saison

Mercredi

Déjeuner

Salade Iceberg
Chana et ses légumes
tome
Compote de pommes bananes
allégée en sucres

Dîner

Salade de penne au citron

Cordon bleu de dinde
Petits pois aux oignons
yaourt nature
Fruit de saison

Jeudi

Déjeuner Inspiration du Chef

Carottes râpées aux graines
de sésame et citron
Nouilles chinoises sautées au poulet,
champignons noirs, sauce soja
St Nectaire
Salade d'ananas, mangue et litchis

Dîner

Potage de légumes
Parmentier de Bœuf
yaourt aromatisé
Muffin sarrasin pomme
raisin

Vendredi

Déjeuner

Macédoine de légumes vinaigrette
Filet de poisson pané
Frites
Salade verte
fromage blanc
Raisin frais

Dîner

Chou rouge vinaigrette persillée
Endives au jambon de dinde
chèvre
Tapioca au lait

Samedi

Déjeuner

Salade de boulgour à la menthe
Tortilla
Haricots verts
brie
Pomme au four
à la fleur d'oranger

Dîner

Soupe de tomate
Pizza Margherita

yaourt nature
Banane à la crème Anglaise
copeaux de chocolat

Dimanche

Déjeuner

Céleris rave vinaigrette
Emincé de dinde au paprika
Riz pilaf
Gratin de chou fleur
bleu
Clafoutis aux mirabelles

Dîner

Crème de potiron
Gnocchi poêlés aux légumes
d'automne
petit suisse
Fruit de saison

