

SEMAINE 1 (ORANGE)

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dîner							
Soupe	Crème de pomme de terre	Crème de carottes	Crème de chou-fleur	Soupe des trois sœurs	Crème de tomates	Crème de carottes	Soupe noce à l'italienne
Plat principal 1	Pâté chinois, haricots verts	Spaghetti sauce à la viande, salade verte et vinaigrette César	Chili végétalien, maïs et petit pain	Boulettes de bœuf sauce marinara, riz, légumes soleil levant	Porc parmentier, pois verts	Riz au poulet, légumes californiens	Casserole de pois chiches, couscous, salade verte et vinaigrette française
Plat principal 2	Pain de pois chiches, sauce aux fines herbes, riz, haricots verts	Rôtis de porc, sauce aux pommes, pommes de terre purée, pois et carottes	Pain de dinde, sauce crème aux canneberges, pommes de terre purée, maïs	Carré au saumor, riz, légumes soleil levant	Frittata fromage et légumes, pommes de terre purée, pois verts	Croquette de poisson, sauce aux fines herbes, riz, légumes californiens	Boulettes de bœuf suédoises, couscous, brocolis
Dessert	Gâteau à la vanille	Poires en dés	Blancmange	Pouding à la vanille	Pouding au chocolat	Compote de pommes	Gâteau aux bananes
Souper							
Soupe	Crème de légumes	Soupe poulet et nouilles	Soupe minestrone	Crème de légumes	Soupe poulet et nouilles	Soupe minestrone	Crème de légumes
Plat principal 1	Bœuf Bourguignon, nouilles aux œufs, carottes en rondelles	Frittata fromage et légumes, pommes de terre purée, légumes racines	Pilons de poulet rôti, sauce miel et ail, riz, haricots jaunes	Macaroni au fromage, salade verte et vinaigrette française	Casserole de veau, pommes de terre purée, brocolis	Fusilli tomate et viande, salade verte et vinaigrette italienne	Rôti de dinde, sauce brune, pommes de terre purée, légumes du jour
Plat principal 2	Pain de pois chiches, sauce aux fines herbes, pommes de terre purée, carottes en rondelles	Rôti de porc, pommes de terre purée, légumes racines	Pain de dinde, riz, haricots jaunes	Carré au saumor, pommes de terre purée, haricots verts	Frittata fromage et légumes, pommes de terre purée, brocolis	Croquette de poisson, sauce aux fines herbes, riz, haricots verts	Boulettes de bœuf suédoises, pommes de terre purée, légumes du jour
Dessert	Salade de fruits tropicaux	Yogourt assorti	Compote de pommes	Poires en dés	Pêches en dés	Yogourt à la vanille	Pêches et poires en dés

SEPTEMBRE 2023

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

OCTOBRE 2023

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

NOVEMBRE 2023

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

DÉCEMBRE 2023

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

JANVIER 2024

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

FÉVRIER 2024

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

SEMAINE 2 (BLEU)

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dîner							
Soupe	Soupe boeuf et orge	Crème de courgettes	Crème d'épinards	Crème de courge	Soupe noce à l'italienne	Soupe des trois sœurs	Crème de poireaux
Plat principal 1	Pâté chinois de veau et lentilles, salade verte et vinaigrette César	Porc aux légumes, pommes de terre purée, légumes du soleil levant	Bœuf Stroganoff, nouilles aux œufs, mélange californien	Assiette mexicaine, riz aux tomates, maïs	Spaghetti aux lentilles, salade verte et vinaigrette française	Rôti de porc, sauce brune à la moutarde, pommes de terre purée, pois verts	Pilons de poulet rôti, sauce teriyaki, riz aux légumes et brocolis
Plat principal 2	Fusilli primavera, salade verte et vinaigrette César	Pain de pois chiches, sauce aux fines herbes, pommes de terre purée, légumes du soleil levant	Farfalles haricots blancs sauce rosée, mélange californien	Saumon sauce à l'aneth, riz aux tomates, maïs	Carré au veau et aubergines, pommes de terre purée et haricots verts	Riz au poulet et pois chiches, pois verts	Poisson blanc tomate et origan, riz aux légumes et brocolis
Dessert	Salade de fruits tropicaux	Blancmange	Compote de pomme et pêche	Pouding à la vanille	Riz au lait	Gâteau au chocolat	Compote de pomme
Souper							
Soupe*	Soupe poulet et nouilles	Soupe minestrone	Crème de légumes	Soupe poulet et nouilles	Soupe minestrone	Crème de légumes	Soupe poulet et nouilles
Plat principal 1	Omelette au fromage et légume, sauce salsa, pommes de terre purée, pois verts	Pilons de poulet rôti, sauce BBQ, riz et salade de chou	Frittata aux poireaux et tomates, pommes de terre purée, courgettes	Boulettes de bœuf sauce aux pêches, pomme de terre purée, légumes du jour	Pain de viande, sauce crème aux canneberges, riz, mélange de légumes racines	Chili con carne, petit pain, salade verte et vinaigrette italienne	Lasagne végétarienne, salade verte et vinaigrette française
Plat principal 2	Fusilli primavera, salade verte et vinaigrette française	Pain de pois chiches, sauce aux fines herbes, riz, salade de chou	Farfalles haricots blancs sauce rosée, salade verte avec vinaigrette César	Saumon sauce à l'aneth, pommes de terre purée, légumes du jour	Carré au veau et aubergines, riz, mélange de légumes racines	Riz au poulet et pois chiches, salade verte et vinaigrette italienne	Poisson blanc tomate et origan, salade verte et vinaigrette française
Dessert	Riz au lait	Pêches et poires en dés	Gâteau aux abricots	Poires en dés	Salade de fruits tropicaux	Mandarines	Blancmange au caramel

SEPTEMBRE 2023

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

OCTOBRE 2023

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

NOVEMBRE 2023

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

DÉCEMBRE 2023

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

JANVIER 2024

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

FÉVRIER 2024

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	