

18 mars au 12 avril 2019

18/03/2019	19/03/2019	20/03/2019	21/03/2019	22/03/2019
<u>Soupe de légumes</u>	<u>Batavia/œufs croustons</u> OK si crudité >50% (1)	<u>Betteraves Tomates Surimi</u> OK si crudité >50% (1)	<u>Salade de riz au fromage</u> OK si fromage = 30g	<u>Supreme pomelos/oranges</u>
<u>Rosbeef</u>	<u>Tortis bolognaise</u> OK si P/L>1 (4)	<u>Roti de Dinde</u>	<u>Dos de lieu citronné</u>	<u>Emincé de dinde</u>
<u>Pommes de terre et carottes sautées</u>	<u>Fromages blanc</u>	<u>Petit pois à la paysanne</u>	<u>Purée de courgettes</u>	<u>Lentilles au jus</u>
(FLAMBY) Fromage		<u>Eclair au chocolat</u>	<u>Pommes/Bananes</u>	YAOURT BIO
Fruit bio		<u>Fromage</u>		
25-mars	26-mars	27-mars	28-mars	29-mars
<u>Taboulé citronné</u>	<u>Tortis au saumon</u>	(Chou fleur Mimosa) <u>Crudité (1)</u>	<u>Laitue sucrée salée</u>	<u>Haricots en salade</u>
<u>Escalope de volaille</u>	<u>Roti de veau braisé</u>	<u>Grillades de porc</u>	<u>Filet de lieu</u>	<u>Pilon de poulet</u>
<u>Brocolis sauce supreme</u>	<u>Haricots verts</u>	<u>Purée de carottes</u> OK si (8)	<u>Gratin de pates aux épinards</u>	<u>Semoule au beurre</u>
<u>Yaourt</u>	FROMAGE BIO	(Crème vanille) <u>Fromage</u>	<u>Flamby</u>	Fruit bio
<u>Pomme</u>	<u>Orange</u>	<u>Sablé</u>		
1er avril	02-avr	03-avr	04-avr	05-avr
<u>Feuilleté au fromage</u>	<u>Betteraves thon tomates</u>	<u>Salade de riz au poisson</u>	<u>Laitue sucrée salée</u>	Velouté de légumes BIO
<u>Galopin de veau</u> OK si P/L>1 (4)	<u>Roti de porc braisé</u>	<u>Sauté de Poulet</u>	<u>Dos de lieu au citron</u>	<u>Joue de Bœuf</u>
<u>Choux fleur béchamel</u>	<u>Lentilles au jus</u>	<u>Haricots beurre</u>	<u>Gratin de courgettes carottes</u>	<u>Pommes rissolées</u>
<u>Petits suisses</u>	FROMAGE BIO	<u>Velouté</u>	<u>Chou vanille</u>	(Mousse au chocolat) <u>Fromage</u>
<u>Fruit</u>	<u>Banane</u>	<u>Quartier de Fruits</u>	(Pomme Bio) <u>Fromage</u>	<u>Pommes</u>
08-avr	09-avr	10-avr	11-avr	12-avr
<u>Betteraves/Thon Pommes de terre</u>	<u>Tomates Concombres Mimosa</u>	<u>Laitue garnie</u> OK si crudité >50% (1)	<u>Carottes rapées</u>	<u>Pomelos/Orange</u>
<u>Roti de dinde</u>	<u>Blanquette de veau</u>	<u>Chipolatas (4)</u>	<u>Gratin de la mer</u> OK si (5)	<u>Hachis parmentier (4)</u>
<u>Haricots verts</u>	<u>Ebly</u>	<u>Petits pois carottes</u>	<u>Riz blanc</u>	<u>Salade</u>
(Velouté) <u>Fromage</u>	<u>Crème vanille</u>	<u>Fromages</u>	<u>Fromage</u>	<u>Yaourt nature</u>
<u>Fruits</u>		(Compote) <u>Dessert féculent <15% MG (13)</u>	<u>Fruit</u>	<u>Quartier de Fruits</u>

	légumes et fruits crus		plats protidiques
	légumes et fruits cuits		produits laitiers
	féculents		

Validé par une diététicienne
du Club Nutriservices