

MENU de JANVIER

Bonne
Année

LES SUCRERIES DU CARNAVAL



CRÊPES



GANSES



PÊTS DE NONNE



GAUFFRES



BEIGNETS

LUNDI 2

Betteraves rapées,
échalotes
Hachi Parmentier
Brie
Mousse chocolat

IDÉE
DU
SOIR Courge aux lardons

MARDI 3

Salade de pdt
à la dijonnaise
Steak haché au jus
Duo de carottes
Fraidou
Fruit de saison

IDÉE
DU
SOIR Canneloni
épinards saumon

MERCREDI 4

Pamplemousse
Bœuf Stroganoff
Gratin Dauphinois
Carré frais
Compote vanille

IDÉE
DU
SOIR Courgettes gratinées

JEUDI 5

Méli-mélo d'haricots
Emincé de poulet
Riz pilaf
Yaourt sucré
Fruit de saison

IDÉE
DU
SOIR Soupe de légumes

VENDREDI 6

Coleslaw
Filet de Colin Diéppois
Poireaux béchamel
Petit suisse
aromatisé

ÉPIPHANIE
GALETTE DES ROIS

IDÉE
DU
SOIR Feuilleté chèvre
pomme et salade

LUNDI 9

Macédoine
vinaigrette
Brochette Yakitori
Beignets d'épinards
Tomme blanche
Fruit de saison

IDÉE
DU
SOIR Tortilla au jambon

MARDI 10

REPAS NIVER

Salade verte
Tartiflette*
Yaourt sucré
Tarte aux
châtaignes

IDÉE
DU
SOIR Velouté de potiron

MERCREDI 11

Saucisson sec*
Boulettes d'agneau
Brunoise de légumes
Fromage blanc sucré
Ananas aux amandes

IDÉE
DU
SOIR Risotto safrané

JEUDI 12

Salade de pâte colorée
Rôti de veau
forestier
Haricots verts
Chantaillou AFH

AB FRUIT BIO
IDÉE
DU
SOIR Pommes de terre
au four

VENDREDI 13

Carottes rapées
vinaigrette
Filet de lieu
sauce normande
Purée de potiron
Saint Paulin
Crème caramel

IDÉE
DU
SOIR Tarte aux poireaux

LUNDI 16

Céleri sauce yaourt
Veau Marengo
Petits pois
St Moret
Flan nappé caramel

IDÉE
DU
SOIR Poêlée de légumes

MARDI 17

Taboulé
Cordon bleu
Gratin de chou-fleur
Mimolette
Compote de pommes

IDÉE
DU
SOIR Pâtes gratinées

MERCREDI 18

Sardines beurre
Petit salé*
Lentilles cuisinées
Cantadou
Salade de fruits

IDÉE
DU
SOIR Crème de
champignons

JEUDI 19

Œuf mayonnaise
Poulet à la provençale
Haricots coco
Yaourt sucré
Fruit de saison

IDÉE
DU
SOIR Pain d'aubergines
et coulis de tomates

VENDREDI 20

Chou vinaigrette
Filet de hoki
béarnaise
Pdt vapeur
Rondelé aux noix

GÂTEAU
D'ANNIVERSAIRE

IDÉE
DU
SOIR Tartines thon,
fromage frais

LUNDI 23

Salade de pois chiches
sauce kebab
Sauté de veau
Mélange de légumes
au jus
Verre de lait
Cookie

IDÉE
DU
SOIR Bagel au saumon

MARDI 24

Chiffonade de salade
Gratin de pâtes
au poulet
Croc Lait
Fruit de saison

IDÉE
DU
SOIR Soupe de potiron
à la châtaigne

MERCREDI 25

Radis noir et rose rapés
Endives flamandes*
de dinde
Yaourt sucré
Fruit de saison

IDÉE
DU
SOIR Pommes sautées

JEUDI 26

Nems
Sauté de porc sauce
aigre douce*
Poêlée chinoise
Fromage blanc sucré
Litchis

NOUVEL AN CHINOIS
IDÉE
DU
SOIR Œufs florentines
et épinards

VENDREDI 27

Coleslaw
Filet de merlu
meunière
Haricots plats
Buchette de chèvre
Semoule au lait

IDÉE
DU
SOIR Brunoise de légumes

Menus établis par notre diététicienne diplômée d'Etat sous réserve des contraintes d'approvisionnement.
Menus conformes à l'équilibre nutritionnel et aux recommandations du GEMRCN.

