

S1 HIVER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Petit déjeuner	boisson chaude, jus de fruits* , fruits, pain de mie complet , confiture ou miel					Céréales, laitages, jus* , fruits, pain, beurre, confiture	lait chocolaté, viennoiserie,
Midi	salade de thon	carottes râpée /dés de fromage	salade de chèvre chaud	salade poulet crudité	salade pâtes tomate, mozza	tomate cerise	1/2 pamplemousse
	blanquette de veau	pot au feu	pavé de poisson	omelette	filet de poisson en sauce	BOULETTES d'agneau	lasagne au champignons
	riz /champignons ,oignons		pomme de terre /poireaux	semoule aux épiceset petits légumes	riz /légumes	lentilles / PDT	blanc de dinde
	Fromage	fromage blanc	yaourt nature	fromage blanc / crème marron	yaourt nature	faisselle au coulis de fruits	semoule au lait
	fruit	salade de fruit	fruit	compote	Salade de fruits	Compote**	salade de fruit
Goûter	Pain de mie complet / Chocolat	brioche	Gâteau maison	pain de mie fromage ou pate de fruit	brioche	gâteau maison	pain de mie complet chocolat
Soir	salade de macédoine	velouté de de châtaigne	Salade du pêcheur	soupe de choux fleur/brocolis	soupe de légumes		salade verte/œuf dur
	Pâtes bolognaises	wok de poulet au carottes	gratin de butternut, riz, fromage	tortellini ricotta/épinards	cube de poisson	nems et riz cantonais	poisson pané
		nouilles			haricots blanc /oignons ,PDT		Ratatouille /blé
	yaourt nature	fromage	fromage blanc	fromage	yaourt nature	fromage	fromage blanc
	compote	fruit	poire choco	fruit	fruit	fruit	Compote**

* jus 100% jus sans sucre ajouté

** Compote sans sucre ajouté

plat proposé/les jeunes

S2 HIVER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Petit déjeuner	boisson chaude, jus de fruits* , fruits, pain de mie complet , confiture ou miel					Céréales, laitages, jus* , fruits, pain, beurre, confiture	lait chocolaté, viennoiserie,
Midi	salade verte	salade de PDT	jambon beurre / salade verte	mâche	concombre au fromage blanc	Salade de maïs /tomate	SALADE DE THON, RIZ, HARICOTS ROUGE
	gratin de pâtes/ poisson	blanc de dinde riz/ courgettes	cuisse de poulet au légumes semoule aux épices	poisson gratin dauphinois	risotto de poisson	émincé de volaille gratin de courgettes	sauté de dinde , lentilles
	fromage	faisselle aux fruits rouges	yaourt nature	fromage	Fromage de chèvre frais	petit suisse	fromage
	Compote**	salade de fruit	pomme au four	compote	Compote**	fruit au sirop	salade de fruits frais
Goûter	Pain de mie complet / Chocolat	brioche	Gâteau maison	pain de mie fromage ou pate de fruit	brioche	gâteau maison	pain de mie complet chocolat
Soir	velouté de carottes	salade de pâtes	Soupe de légumes	Salade verte / croutons	Soupe tomates / vermicelles	salade verte	Soupe de tomate
	boulettes de viande gnocchis/ tomates PROV	sauté de veau Haricots V	Tomates farcies riz	goulasch de bœuf pâtes/légumes	dos de cabillaud riz / brocolis	raclette	kebab frites
	yaourt nature	fromage blanc	Petits suisses	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
	fruit	Fruit de saison	fruit	Fruit de saison	fruit	fruit	fruit

* jus 100% jus sans sucre ajouté ** Compote sans sucre ajouté

plat proposé/les jeunes

S3 HIVER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Petit déjeuner	boisson chaude, jus de fruits* , fruits, pain de mie complet , confiture ou miel					Céréales, laitages, jus* , fruits, pain, beurre, confiture	lait chocolaté, viennoiserie,
Midi	salade verte, maïs, pamplemousse	salade d'endives	concombre sauce yaourt	salade de mâche	carottes râpées	salade de choux rouge et pommes	salade de lentille
	poisson au épices	rôtie de porc	émincé de volaille	Gratin de choux fleur	Pavé de poisson	crêpes au Sarazin complet	couscous
	lentilles /carotte	potimonde / Hv	riz/champignons	poulet au curry	purée de PDT/ brocolis	(œuf, salade, fromage râpé)	
	faisselles	Fromage	Petits suisse	fromage blanc crème de marron	Fromage de chèvre	Yaourt nature	yaourt
	poire au four/ miel	compote	compote**	salade de fruit	compote	fruit	fruit
Goûter	Pain de mie complet / Chocolat	brioche	Gâteau maison	pain de mie fromage ou pate de fruit	brioche	gâteau maison	pain de mie complet chocolat
Soir	velouté à la tomate	soupe de pâtes	salade verte	toaste pain de mie complet, houmous	velouté aux champignons		salade niçoise
	steak de soja	omelette	burger	parmentier de poisson	œufs en cocotte de tomate/riz	soirée tapas	tortillas
	légumes du soleil /riz	semoule /brunoise de légumes	potimonde au four	1/2 féculent pâtes			aubergine
	yaourt nature	fromage blanc	Fromage de pays	Faisselle coulis de framboise	yaourt		fromage blanc
	salade fruits frais	fruit	Fruit de saison	fruit	Pommes au four		compote

* jus 100% jus sans sucre ajouté

** Compote sans sucre ajouté

plat proposé/les jeunes

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Petit déjeuner	boisson chaude, jus de fruits* , fruits, pain de mie complet , confiture ou miel					Céréales, laitages, jus* , fruits, pain, beurre, confiture	lait chocolaté, viennoiserie,
Midi	salade de tomate	salade poireaux vinaigrette / PDT	salade de pâtes, betterave, tomate	concombre vinaigrette	taboulé	salade de choux rouge/pommes	tomate cerises
	escalope de dinde	sauté de veau au légumes	colin	croque au fromage	Brandade de cabillaud	haricots blancs	tajine d'agneau
	Carotte/PDT	EBLY	semoule /ratatouille	pâte / sauce légumes	choux fleur	sauté de dinde	pois chiches ,leg semoule
	yaourt nature	fromage	riz au lait	Faisselle	fromage	yaourt	Milkshake au yaourt
	compote de pomme	Fruit de saison	compote poire	compote	Fruit de saison	compote	fruit
Goûter	Pain de mie complet / Chocolat	brioche	Gâteau maison	pain de mie fromage ou pate de fruit	brioche	gâteau maison	pain de mie complet chocolat
Soir	soupe tomates vermicelles	salade riz, tomate, œuf	soupe de courge	salade de mâche	soupe de poisson		salade verte cube de fromage
	cubes de poisson petits légumes	lentilles façon petit salé	tagliatelles à la carbonara saumon	boulette d'agneaux à la tomate	filet de poisson	POKE BOWL	quiche au légumes
	Riz cantonnais	(au kebab)	julienne de légumes	riz complet	pâtes farfalle au pesto		1/2 féculent (riz)
	petit suisse	fromage blanc fruit rouge	yaourt nature	Fromage	fromage blanc		Fromage
	fruit	compote	Fruit de saison	pomme au four	salade de fruit		Abricots au sirop

* jus 100% jus sans sucre ajouté

** Compote sans sucre ajouté

plat proposé/les jeunes

S5 HIVER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Petit déjeuner	boisson chaude, jus de fruits* , fruits, pain de mie complet , confiture ou miel					Céréales, laitages, jus* , fruits, pain, beurre, confiture	lait chocolaté, viennoiserie,
Midi	mâche	salade de riz, tomate ,betterave	salade de pâtes et tomate	salade de mâche	macédoine de légumes	salade de lentille	salade niçoise
	gratin de PDT	courgette farcie	sauté d'agneaux	sauté de bœuf	Pavé de poisson	boulettes de veau à la tomate	rôti de bœuf
	omelette	pomme de terre	riste d'aubergines	riz , carotte	PDT/ brocolis	potatoes	au champignons et châtaignes /riz
	faisselles	Fromage	Petits suisse	fromage blanc crème de marron	Fromage de chèvre	Yaourt nature	yaourt
	compote	Fruit de saison	compote**	pêche au sirop	fruit	fruit	compote
Goûter	Pain de mie complet / Chocolat	brioche	Gâteau maison	pain de mie fromage ou pate de fruit	brioche	gâteau maison	pain de mie complet chocolat
Soir	soupe de courge	salade au bleu	salade verte	toast pain de mie complet, rillettes de thon	velouté aux champignons	salade	velouté de courgette
	risotto au fromage et légumes	quiche au poireaux	jambon Grillet	spaghetti bolognaise	gratin de pâtes/au thon	soirée pizza	omelette
	dinde	1/2 féculent pâtes	purée / H,V				polenta / poivron
	yaourt nature	fromage blanc	Fromage de pays	Faisselle coulis de framboise	yaourt nature		fromage blanc
	salade fruits frais	compote	Fruit de saison	fruit	fruit		salade de fruit

* jus 100% jus sans sucre ajouté ** Compote sans sucre ajouté

plat proposé/les jeunes