

Semaine 1		Normal	Hypocalorique	Hypo- Féculent	Diabétique	Pauvre en graisses	S/sel	Végétarien	S/porc
LUNDI	Midi	Betteraves vinaigrette Courgette farcie sauce tomate Semoule Yaourt nature Bio sucré Fruit frais	X X Légumes couscous Yaourt nature sans sucres X	X X Légumes couscous 100G Yaourt nature sans sucres X	X X Légumes couscous 100G Yaourt nature sans sucres X	X X Légumes couscous 100G Yaourt nature sans sucres X	X X X X X	X X X X X	X X X X X
	Soir	Salade de riz aux olives Paupiette de dinde au jus Petits pois mijotés Crème pâtissière à la mûre	Macédoine vgte X X	Macédoine vgte X X 100G Purée de pomme de terre 100G Crème pâtissière vanille régime	Macédoine vgte X X 100G Purée de pomme de terre 100G Crème pâtissière vanille régime	Macédoine vgte X X 100G Purée de pomme de terre 100G Crème pâtissière vanille régime	X X X X X	X X X X X	X X X X X
MARDI	Midi	Friand au fromage Filet de colin à l'Andalouse (crème, chorizo) Courgettes persillées Fromage frais Saint morêt Cône glacé à la vanille	Fenouil à la grecque Colin sauce citron X X Glace vanille/fraise pot	Fenouil à la grecque Colin sauce citron X 100G Pâtes 100G X Glace vanille/fraise pot	Fenouil à la grecque Colin sauce citron X 100G Pâtes 100G X Glace vanille/fraise pot	Fenouil à la grecque Colin sauce citron X X X Glace vanille/fraise pot	Haricot vert vgte Colin sauce citron X X sans sel X	X Colin sauce citron X X X X	X X X X X X
	Soir	Salade d'ébly vinaigrette à la grecque (tomate, coriandre) Omelette au cheddar Purée de carotte Fromage blanc aux fruits	Trio de haricots X nature X X nature	Trio de haricots X nature X 100G Riz créole 100G X nature	Trio de haricots X X 100G Riz créole 100G X nature	Trio de haricots X X X X	X X nature X X	Salade ebyl ciboulette s/sel X nature X X	X X X X
MERCREDI	Midi	Salade de tomates au basilic Galette boulgour et haricots rouges à la mexicaine et sauce tomate Frites Edam à la coupe Fruit frais Bio	X X Chou fleur persillé Saint Bricet X	X X Pomme anglaise 100G Chou fleur persillé 100G Saint Bricet X	X X Pomme anglaise 100G Chou fleur persillé 100G X X	X X Pomme anglaise Saint Bricet X	X Haché de veau X Fromage sans sel X	X X X X X X	X X X X X X
	Soir	Taboulé menthe et tomate Pissaladière olive noire Salade verte Yaourt bio nature sucré	Ratatouille balsamique Colin sauce tomate Haricots beurres persillés Yaourt nature sans sucres	Ratatouille balsamique Colin sauce tomate Haricots beurres persillés 100G Ebly oignon champignon 100G Yaourt nature sans sucres	Ratatouille balsamique Colin sauce tomate Haricots beurres persillés 100G Ebly oignon champignon 100G Yaourt nature sans sucres	X X X X	X Colin rondelle citron Haricots beurres persillés X	X X X X	
JEUDI	Midi	Carottes rapées Bio vinaigrette Chipolatas Salade de pâtes, tomates et maïs Fromage blanc nature Compote pomme nectarine allégée	X Jambon braisé Haricots plats vgte X	X Jambon braisé X 100G Haricots plats vgte 100g X X	X X X 100G Haricots plats vgte 100g X X	X Jambon braisé X X X	X Escalope de dinde au jus X X X	X Pané fromage épinards X X X	X Escalope de dinde au jus X X X
	Soir	Salade céréalière (boulgour, haricots verts, maïs, tomate) Nuggets au fromage Aubergines à la tomate Glace chocolat batônnet	Concombre vgte Quenelles brochet sce tomate X	Concombre vgte X Aubergines tomate 100G Pâtes 100G Glace vanille/chocolat pot	Concombre vgte X Aubergines tomate 100G Pâtes 100G Glace vanille/chocolat pot	Concombre vgte X Aubergines tomate 100G Pâtes 100G Glace vanille/chocolat pot	Boulgour aux poivrons Quenelles brochet sce tomate X X	Boulgour aux poivrons Œuf mollet X X	X X X X

Semaine 1		Normal	Hypocalorique	Hypo + féculent	Diabétique	Pauvre en graisses	S/sel	Végétarien	S/porc
VENDREDI	Midi	Melon charentais Paella au poisson Camembert à la coupe Yaourt lait entier bio à la banane	X Filet hoki citron Haricot vert poivron champignon Fondu délice camembert Yaourt fruit 0%	X X 100G Riz créole safrané 100G Haricot vert poivron champignon 100G Fondu délice camembert Yaourt fruit 0%	X X 100G Riz créole safrané 100G Haricot vert poivron champignon 100G X Yaourt fruit 0%	X X Fondu délice camembert Yaourt fruit 0%	X Filet hoki citron Riz créole safrané Fromage s/sel X	X X X X	X X X X
	Soir	Courgettes râpées crues sauce vierge Cervelas froid Salade de pommes de terre oignons et cornichons Purée de fraise sans sucre ajouté	X Jambon blanc Macédoine vgte X	X Jambon blanc X 100G Macédoine vgte 100G X	X X X 100G Macédoine vgte 100G X	X Jambon blanc X X	X Œuf mollet X X	X Œuf mollet X X	X Œuf mollet X X
SAMEDI	Midi	Salade pois chiches poivron vgte Cuisse de poulet à l'origan Ratatouille Fromage frais rondelé ail et fines herbes Fruit frais	Fond artichaut tomate vgte X X Fraidou X	Fond artichaut tomate vgte X X 100G Pâtes 100G Fraidou X	Fond artichaut tomate vgte X X 100G Pâtes 100G X X	X Filet de poulet au jus X Fraidou X	X X X Fromage sans sel X	X Feuilleté 4 fromages X X X	X X X X X
	Soir	Salade verte (locale) et croûtons Cake tomate mozzarella basilic Trio de légumes (courgette, carotte, poivron) Riz au lait au caramel	X s/croûtons Œufs mollet sauce champignons X Entremet caramel régime	X s/croûtons Œufs mollet sauce champignons X 100G Purée patate douce 100G Entremet caramel régime	X s/croûtons X X 100G Entremet caramel régime	X Œufs mollet sauce champignons X X	X Œufs mollet sauce champignons X X	X Œuf mollet plat X X	X X X X
DIMANCHE	Midi	Salade Crétoise (tomate, brocoli, oignon, fromage brebis) Rôti de Veau aux champignons Purée pomme de terre Bio et carottes Bio Tomme blanche à la coupe Tarte groseille framboise	X régime X Blettes persillées Fondu délice emmental Entremet framboise régime	X régime X X 100G Blettes persillées 100G Fondu délice emmental Entremet framboise régime	X X X 100G Blettes persillées 100G X Entremet framboise régime	X régime X X Fondu délice emmental X	Brocoli vgte X X X sans sel X	X Grinioc légumes bio X X X	X X X X X
	Soir	Céleri rémoulade Foies de volaille sauce moutarde Riz Créole Faisselle	X vinaigrette X Epinards ail X	X vinaigrette X X 100G Epinards ail 100G X	X X X 100G Epinards ail 100G X	X vinaigrette X X X X	X vinaigrette Escalope de dinde au jus X X	X Soja sauce curry X X	X X X X

Semaine 1		Normal	S/poisson	Végétarien s/poisson	Riche en fibres	Pauvre en fibres	S/gluten	Mixé	Haché
LUNDI	Midi	Betteraves vinaigrette	X	X	X	X	X	X	X
		Courgette farcie sauce tomate	X	Quenelle s/poisson sce tomate	X	Filet de poulet au jus	X	X	X
	Semoule	X	X	Pâtes complètes	X	Polenta	Polenta	Polenta	
	Yaourt nature Bio sucré	X	X	X	X	X	X	X	X
LUNDI	Soir	Fruit frais	X	X	X	Purée de fraise	X	Purée de fraise	X mou
		Salade de riz aux olives	X	X	Macédoine vgte	X régime	X	Macédoine vgte	X
	Paupiette de dinde au jus	X	Crêpe tomate mozza	X	X	X	X	X	
	Petits pois mijotés	X	X	X	Purée de brocoli	Purée de brocoli	Purée de brocoli	X	
MARDI	Midi	Crème pâtissière à la mûre	X	X	X	X	Cake sans gluten	X	X
		Friand au fromage	X	Feuilleté croisillon emmental	X	X	Brocoli vgte	X	X
	Filet de colin à l'Andalouse (crème, chorizo)	Boulette de bœuf au jus	Pané petits légumes	X	Colin sauce citron	Colin rondelle citron	Colin sauce citron	X	
	Courgettes persillées	X	X	X	Purée de céleri	X	X	X	
MARDI	Soir	Fromage frais Saint morêt	X	X	X	X	X	X	X
		Cône glacé à la vanille	X	X	X	X	Glace vanille/fraise pot	Glace vanille/fraise pot	X
	Salade d'ébly vinaigrette à la grecque (tomate, coriandre)	X	X	X	Salade eby ciboulette s/sel	Trio de haricots	Salade eby ciboulette s/sel	X	
	Omelette au cheddar	X	X	X	X	X	X	X	
MERCREDI	Midi	Purée de carotte	X	X	X	X	X	X	X
		Fromage blanc aux fruits	X	X	X	X	X	X	X
	Salade de tomates au basilic	X	X	X	Potage à la tomate	X	Potage à la tomate	X	
	Galette boulgour et haricots rouges à la mexicaine et sauce tomate	X	X	X	Haché de veau	X	Haché de veau	X	
MERCREDI	Soir	Frites	X	X	X	X	X	Pomme vapeur	Pomme paillason
		Edam à la coupe	X	X	X	X	X	Bridelight	Saint Bricet
	Fruit frais Bio	X	X	X	Purée pomme	X	Purée de pomme	Purée de pomme	
	Taboulé menthe et tomate	X	X	X	Salade de pâtes tricolores	Ratatouille balsamique	Salade de pâtes tricolores	X	
JEUDI	Midi	Pissaladière olive noire	Pizza tomate végété	Pizza tomate végété	X	Colin sauce tomate	Colin sauce tomate	Pizza tomate végété	X
		Salade verte	X	X	X	Purée de courgette	Haricots beures persillés	Haricots beures persillés	Haricots beures persillés
	Yaourt bio nature sucré	X	X	X	X	X	X	X	
	Carottes rapées Bio vinaigrette	X	X	X	Fian de carotte	X	X	X	
JEUDI	Soir	Chipolatas	X	Pané fromage épinards	X	X	X	Jambon braisé	X
		Salade de pâtes, tomates et maïs	X	X	X	Polenta	Salade de pâtes sans gluten	X	X
	Fromage blanc nature	X	X	X	X	X	X	X	
	Compote pomme nectarine allégée	X	X	X	X	X	X	X	
JEUDI	Midi	Salade céréalière (boulgour, haricots verts, maïs, tomate)	X	X	X	Boulgour aux poivrons	Concombre vgte	Concombre vgte	X
		Nuggets au fromage	X	X	X	X	Œuf mollet	Quenelles brochet sce tomate	X
	Aubergines à la tomate	X	X	X	Purée de céleri	X	X	X	
	Glace chocolat batônnet	X	X	X	X	X	Glace vanille/chocolat pot	X	

Semaine 1		Normal	S/poisson	Végétarien s/poisson	Riche en fibres	Pauvre en fibres	S/gluten	Mixé	Haché
VENDREDI	Midi	Melon charentais	X	X	X	Gaspacho pomme melon concombre	X	Gaspacho pomme melon concombre	X
		Paella au poisson	Galette lentille sauce tomate Riz créole safrané	Galette lentille sauce tomate Riz créole safrané	Filet hoki citron Riz complet	X	X	Filet hoki citron Riz créole safrané	X
	Camembert à la coupe	X	X	X	X	X	Fondu délice camembert	X	
	Yaourt lait entier bio à la banane	X	X	X	X	X	X	X	
Soir	Courgettes râpées crues sauce vierge	X	X	X	Flan de courgettes	X	X	X	
	Cervelas froid	X	Œuf mollet	X	X	Jambon blanc	X	X	
	Salade de pommes de terre oignons et cornichons	X	X	X	Pomme vapeur	X	Pomme vapeur	X	
	Purée de fraise sans sucre ajouté	X	X	X	X	X	X	X	
SAMEDI	Midi	Salade pois chiches poivron vgte	X	X	X	Salade d'ébly	X	Salade d'ébly	X
		Cuisse de poulet à l'origan	X	Feuilleté 4 fromages	X	X	X	Filet de poulet au jus	Filet de poulet au jus
		Ratatouille	X	X	X	Purée de brocoli	X	X	X
		Fromage frais rondelé ail et fines herbes	X	X	X	Fraidou	X	X	X
	Fruit frais	X	X	X	Purée pomme coing	X	Liégeois au café	X mou	
	Soir	Salade verte (locale) et croûtons	X	X	X	Betteraves vgte	X s/croûtons	Betteraves vgte	Betteraves vgte
Cake tomate mozzarella basilic		X	X	X	X	Œufs mollet sauce champignons	X	X	
Trio de légumes (courgette, carotte, poivron)	X	X	X	Purée épinards	X	X	X		
Riz au lait au caramel	X	X	Entremet caramel	X	X	Entremet caramel	X		
DIMANCHE	Midi	Salade Crétoise (tomate, brocoli, oignon, fromage brebis)	X	X	X	Sardine	X	Brocoli vgte	X
		Rôti de Veau aux champignons	X	Grinioc légumes bio	X	X au jus	X	X	X
		Purée pomme de terre Bio et carottes Bio	X	X	X	X	X	X	X
		Tomme blanche à la coupe	X	X	X	X	X	Fondu délice emmental	Fondu délice emmental
	Tarte groseille framboise	X	X	X	Entremet framboise régime	Entremet framboise régime	X	X	
	Soir	Céleri rémoulade	X	X	X	Flan de céleri	X vinaigrette	X	X
Foies de volaille sauce moutarde		X	Œuf mollet	X	Escalope de dinde au jus	Escalope de dinde au jus	X	X	
Riz Créole	X	X	Riz complet	X	X	X	X		
Faïsselle	X	X	X	X	X	X	X		