

Semaine 3		Normal	Hypocalorique	Hypo+ féculent	Diabétique	Pauvre en graisses	S/sel	Végétarien	S/porc
LUNDI	Midi	Haricots verts vinaigrette Colin à la méditerranéenne (tomate, olives et câpres) Macaronis	X X Céleri branche à la tomate	X X X 100G	X X Céleri branche à la tomate 100G	X X X 100G	X X X	X Colin sauce citron X	X X X
	Soir	Fromage blanc nature Compote pomme abricot	X X	X X	X X	X X	X X	X X	X X
MARDI	Midi	Salade soja maïs concombre vgte Rôti de porc au jus Haricots rouges cuisinés	X X Poêlée estivale	X X X 100G	X X Trio de légume 100G	X X X 100G	X X X	X Crêpe champignon emmental X	X Escalope de dinde X
	Soir	Glace vanille bâtonnet	Glace vanille/fraise pot	Glace vanille/fraise pot	Glace vanille/fraise pot	Glace vanille/fraise pot	Glace vanille/fraise pot	X	X
MARDI	Midi	Betteraves vinaigrette Paëlla complète (poulet, moules, encornets, chorizo)	X Haut de cuisse de poulet origan Carottes persillées	X Haut de cuisse de poulet origan Carottes persillées 100G Riz créole or 100G	X Haut de cuisse de poulet origan Carottes persillées 100G Riz créole or 100G	X Paëlla au poisson Saint Bricet	X Haut de cuisse poulet origan X Fromage sans sel	X Paëlla au poisson X X	X Paëlla au poisson X X
	Soir	Fromage frais Rondelé nature Bio Fruit frais	Saint Bricet X	Saint Bricet X	X X	Saint Bricet X	X X	X X	X X
MERCREDI	Midi	Salade de pâtes thon, tomates, olives noires Samoussas aux légumes Courgettes à la tomate	Rillettes thon tomates olives Merlu au citron X	Rillettes thon tomates olives X X 100G Pomme vapeur 100G	Rillettes thon tomates olives X X 100G Pomme vapeur 100G	X Merlu au citron X	X sans thon Merlu au citron X	X X X	X X X
	Soir	Yaourt nature Bio sucré	X sans sucres	X sans sucres	X sans sucres	X	X	X	X
MERCREDI	Midi	Taboulé à la menthe Chipolatas Ratatouille	Fond d'artichaut tomate Boulettes de bœuf X	Fond d'artichaut tomate Boulettes de bœuf X 100G Ebly ciboulette 100G	Fond d'artichaut tomate X X 100G Ebly ciboulette 100G	X Boulettes de bœuf X	X Boulettes de bœuf X	X Crêpe mozzarella Bio X	X X X
	Soir	Gouda à la coupe Cône glacé au chocolat	Fondu délice emmental Glace vanille/chocolat pot	Fondu délice emmental Glace vanille/chocolat pot	X X	Fondu délice emmental Glace vanille/chocolat pot	X X	Fromage sans sel X	X X
JEUDI	Midi	Céleri rave à la Pomme Bio Salade de farfalles à la Grecque (concombre, tomates, olives, fromage)	X Œufs mollets Tomates provençales	X Œufs mollets Farfalles 100G Tomates provençales 100G	X X Tomates provençales 100G	X Œufs mollets Farfalles	X Œufs mollets Farfalles	X X X	X X X
	Soir	Fruit frais	X	X	X	X	X	X	X
JEUDI	Midi	Carottes rapées Bio vinaigrette Boudin noir Purée de patate douce et carottes	X Saucisse knacki volaille Blettes à la tomate	X Saucisse knacki volaille X 100G Blettes à la tomate 100G	X X Purée de pmme de terre 100G Blettes à la tomate 100G	X Saucisse knacki volaille X	X Œufs mollets X	X Œufs mollets X	X Saucisse knacki volaille X
	Soir	Camembert à la Coupe Yaourt lait entier vanille Bio	Fraidou Yaourt sveltesse vanille	Fraidou Yaourt sveltesse vanille	X X	Fraidou Yaourt sveltesse vanille	X X	Fromage s/sel X	X X
JEUDI	Midi	Salade de tomates au basilic Cordon bleu de volaille Haricots beurre persillés	X Jambon de dinde X	X Jambon de dinde X 100G Purée de pomme de terre 100G	X Jambon de dinde X 100G Purée de pomme de terre 100G	X Jambon de dinde X	X Escalope de dinde au jus X	X Pané fromager X	X X X
	Soir	Entremet au citron	X allégé	X allégé	X allégé	X	X	X	X

Semaine 3		Normal	Hypocalorique	Hypo- féculent	Diabétique	Pauvre en graisses	S/sel	Végétarien	S/porc	
VENDREDI	Midi	Saucisson à l'ail et cornichons Cuisse de poulet froide Salade orientale (pâtes, tomate, poivron, menthe, paprika) Yaourt nature Bio sucré Fruit de saison Bio	Terrine de légumes X Macédoine vinaigrette X sans sucres X	Terrine de légumes X X 100G Macédoine vinaigrette 100G X sans sucres X	X X X 100G Macédoine vinaigrette 100G X sans sucres X	X X X 100G Macédoine vinaigrette 100G X sans sucres X	Terrine de légumes Filet de poulet froid X X X X	Maquereau nature sans sel X X X X X	Terrine de légumes Œufs durs vinaigrette X X X X	Terrine de légumes X X X X X
	Soir	Concombre à la Bulgare Tarte aux légumes Provençaux Trio de légumes aux poivrons Yaourt aromatisé	X Quenelle de brochet sce tomate X Yaourt aux fruits 0%	X Quenelle de brochet sce tomate X 100G Riz créole 100G Yaourt aux fruits 0%	X Quenelle de brochet sce tomate X 100G Riz créole 100G Yaourt aux fruits 0%	X Quenelle de brochet sce tomate X X X	X Quenelle de brochet sce tomate X X	X Saumon rondelle de citron X X	X X X X	X X X X
SAMEDI	Midi	Salade de riz aux olives Paupiettes de veau Petits pois mijotés Fromage fondu Saint Morêt Fruit frais	Fenouil à la grecque X Epinards à l'ail X	Fenouil à la grecque X X 100G Epinards à l'ail 100G X	Fenouil à la grecque X X 100G Epinards à l'ail 100G X	X X X X X	X sans olives Haché de veau au jus X Fromage sans sel X	X Grinioc de légumes X X X	X X X X X	
	Soir	Courgettes rapées au sésame Salade Niçoise (pomme de terre, œuf, thon, anchois, haricots verts et olives) Fruit frais	X Thon vinaigrette Salade de haricots plats X	X Thon vinaigrette Salade de haricots plats 100G Salade pdt citron 100G X	X Thon vinaigrette Salade de haricots plats 100G Salade pdt citron 100G X	X X Sans œufs X	X X Sans olives X	X X X	X X X	
DIMANCHE	Midi	Melon charentais Rôti de veau au jus Pommes de terre Bio sautées Carré de l'est à la coupe Millefeuille	X X Poêlée h.verts poivrons champignons Bridelight Crème pâtissière vanille allégée	X X Pomme vapeur 100G Poêlée h.verts poivrons champi 100G Bridelight Crème pâtissière vanille allégée	X X X 100G Poêlée h.verts poivrons champi 100G X Crème pâtissière vanille allégée	X X Pomme vapeur Bridelight Crème pâtissière vanille allégée	X X X Fromage s/sel X	X Paupiette de saumon sce Hollandaise X X X	X X X X X	
	Soir	Crêpe champignon emmental Boulettes de mouton au jus Aubergines à la tomate Fromage blanc aux fruits	Champignons à la Grecque X X X nature	Champignons à la Grecque X X 100G Ebly ciboulette 100G X nature	Champignons à la Grecque X X 100G Ebly ciboulette 100G X nature	Champignons à la Grecque Boulette de bœuf X X	Champignons à la Grecque X X X	X Boulettes de lentilles 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	Haricots verts vinaigrette Colin à la méditerranéenne (tomate, olives et câpres) Macaronis	X Nem végétarien X	X Nem végétarien X	X X Pâtes complètes	X Colin sauce citron X	X Colin rondelle de citron Pâtes sans gluten	X X X	X X X
	Soir	Salade soja maïs concombre vgte Rôti de porc au jus Haricots rouges cuisinés Glace vanille bâtonnet	X X X X	X Crêpe champignon emmental X X	X X X X	Potage de légumes X Polenta X	X X X Glace vanille/fraise pot	Concombre vinaigrette X X Glace vanille/fraise pot	X X X X
MARDI	Midi	Betteraves vinaigrette Paëlla complète (poulet, moules, encornets, chorizo) Fromage frais Rondelé nature Bio Fruit frais	X Haut de cuisse poulet origan Riz créole Or X X	X Mijoté de soja au curry X X	X Haut de cuisse poulet origan Riz complet X X	X X X Purée de fraise	X X X X	X Merlu sauce citron Riz créole or X Crème dessert caramel	X Paëlla au poisson X X mou
	Soir	Salade de pâtes thon, tomates, olives noires Samoussas aux légumes Courgettes à la tomate Yaourt nature Bio sucré	X sans thon X X X	X sans thon X X X	X X X X	X régime Merlu au citron Purée de potiron X	Rillettes thon tomates olives Merlu au citron X X	X Merlu au citron X X	X X X X
MERCREDI	Midi	Taboulé à la menthe Chipolatas Ratatouille Gouda à la coupe Cône glacé au chocolat	X X X X X	X Crêpe mozzarella Bio X X X	X X X X X	Salade ébly nature Boulettes de bœuf Purée de brocoli X X	Fond d'artichaut tomate X X X	Salade ébly nature Boulettes de bœuf X Fondu délice emmental Glace vanille/chocolat pot	X X X Fondu délice emmental X
	Soir	Céleri rave à la Pomme Bio Salade de farfalles à la Grecque (concombre, tomates, olives, fromage) Fruit frais	X X X	X X X	X X X	Flan de céleri Œufs mollets Farfalles Purée de pêche	X Œufs mollets Pâtes sans gluten X	X sans pomme Œufs mollets Farfalles Purée de pêche	X X X X mou
JEUDI	Midi	Carottes rapées Bio vinaigrette Boudin noir Purée de patate douce et carottes Camembert à la Coupe Yaourt lait entier vanille Bio	X X X X X	X Œufs mollets X X X	X X X X X	Flan de carottes X X X X	X X X X X	X X X Fraidou X	X X X X X
	Soir	Salade de tomates au basilic Cordon bleu de volaille Haricots beurre persillés Entremet au citron	X X X X	X Pané fromager X X	X X X X	Betteraves vgte X Purée de haricots verts X	X Jambon de dinde X X	Rillettes tomates basilic Jambon de dinde X X	X X X X

Semaine 1		Normal	S/poisson	Végétarien s/poisson	Riche en fibres	Pauvre en fibres	S/gluten	Mixé	Haché
VENDREDI	Midi	Saucisson à l'ail et cornichons	X	X	X	X sans cornichons	Maquereau	Terrine de légumes	X
		Cuisse de poulet froide	X	Œufs durs vinaigrette	X	X	X	Filet de poulet froid	Filet de poulet froid
	Yaourt nature Bio sucré	X	X	X	X	X régime	Salade de pâtes sans gluten	X	X
	Fruit de saison Bio	X	X	X	X	Purée de pomme	X	Purée de pomme	X mou
SAMEDI	Midi	Concombre à la Bulgare	X	X	X	Haricot vert vgte	X	X	X
		Tarte aux légumes Provençaux	X	X	X	Quenelle brochet sce tomate	Saumon rondelle de citron	X	X
	Trio de légumes aux poivrons	X	X	X	Purée d'épinards	X	X	X	
	Yaourt aromatisé	X	X	X	X	X	X	X	
DIMANCHE	Midi	Salade de riz aux olives	X	X	Fenouil à la grecque	X sans olives	X	X	Fenouil à la grecque
		Paupiettes de veau	X	Grinoc de légumes	X	X	X	X	X
	Petits pois mijotés	X	X	X	Polenta	X	X	X	
	Fromage fondu Saint Morêt	X	X	X	X	X	X	X	X
DIMANCHE	Midi	Fruit frais	X	X	X	Purée pomme	X	Yaourt brassé aux fruits	X mou
		Courgettes rapées au sésame	X	X	X	Flan de courgettes	X	Flan de courgettes	X
	Salade Niçoise (pomme de terre, œuf, thon, anchois, haricots verts et olives)	X sans poisson	X sans poisson	X	Merlu rondelle citron	X	Thon vinaigrette	X	
	Fruit frais	X	X	X	Pomme vapeur	Salade pdt citron	Salade pdt citron	X	
DIMANCHE	Midi	Purée de pomme	X	X	X	Purée de pomme	X	Purée de pomme	Purée de pomme
		Melon charentais	X	X	X	Gaspacho Melon Pomme concombre	X	Gaspacho Melon Pomme concombre	X
	Rôti de veau au jus	X	X	X	X	X	X	X	
	Pommes de terre Bio sautées	X	X	X	X	X	X	X	
DIMANCHE	Midi	Carré de l'est à la coupe	X	X	X	X	X	Bridelight	X
		Millefeuille	X	X	X	X	Cake sans gluten	X	X
	Crêpe champignon emmental	X	X	X	Crêpe au fromage	Champignons à la Grecque	X	X	
	Boulettes de mouton au jus	X	Boulettes de lentilles	X	X	X	X	X	
DIMANCHE	Midi	Aubergines à la tomate	X	X	X	Purée de courgettes	X	X	X
		Fromage blanc aux fruits	X	X	X	X	X	X	X