

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  Fromage blanc nature Compote pomme abricot	X X  Céleri branche à la tomate X X	X X X 100G Céleri branche à la tomate 100G X X	X X X 100G Céleri branche à la tomate 100G X X	X X X 100G Céleri branche à la tomate 100G X X	X Colin sauce citron X X X	X X X X 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  Poêlée estivale Glace vanille/fraise pot	X X X 100G Poêlée estivale 100G Glace vanille/fraise pot	X X X 100G Trio de légume 100G Glace vanille/fraise pot	X X X Glace vanille/fraise pot	X X X X X	X Crêpe champignon emmental X X	X Escalope de dinde X X
MARDI	Midi	Betteraves vinaigrette Paëlla complète (poulet, moules, encornets, chorizo)  Fromage frais Rondelé nature Bio Fruit frais	X Haut de cuisse de poulet origan Carottes persillées  Saint Bricet X	X Haut de cuisse de poulet origan Carottes persillées 100G Riz créole or 100G Saint Bricet X	X Haut de cuisse de poulet origan Carottes persillées 100G Riz créole or 100G X X	X Paëlla au poisson  Saint Bricet X	X Haut de cuisse poulet origan X Fromage sans sel X	X Paëlla au poisson  X X	X Paëlla au poisson  X X
	Soir	Salade de pâtes thon, tomates, olives noires Samoussas aux légumes Courgettes à la tomate  Yaourt nature Bio sucré	Rillettes thon tomates olives Merlu au citron X  X sans sucres	Rillettes thon tomates olives X X 100G Pomme vapeur 100G X sans sucres	Rillettes thon tomates olives X X 100G Pomme vapeur 100G X sans sucres	X Merlu au citron X X X	X sans thon Merlu au citron X X	X X X X	X X X X
MERCREDI	Midi	Taboulé à la menthe Chipolatas Ratatouille  Gouda à la coupe Cône glacé au chocolat	Fond d'artichaut tomate Boulettes de bœuf X  Fondu délice emmental Glace vanille/chocolat pot	Fond d'artichaut tomate Boulettes de bœuf X 100G Ebly ciboulette 100G Fondu délice emmental Glace vanille/chocolat pot	Fond d'artichaut tomate X X 100G Ebly ciboulette 100G X Glace vanille/chocolat pot	X Boulettes de bœuf X Fondu délice emmental Glace vanille/chocolat pot	X Boulettes de bœuf X Fromage sans sel X	X Crêpe mozzarella Bio X X X	X X X X
	Soir	Céleri rave à la Pomme Bio Salade de farfalles à la Grecque (concombre, tomates, olives, fromage)  Fruit frais	X Œufs mollets  Tomates provençales X	X Œufs mollets Farfalles 100G Tomates provençales 100G X	X X X 100G Tomates provençales 100G X	X Œufs mollets Farfalles X X	X Œufs mollets Farfalles X X	X X X X	X X X X
JEUDI	Midi	Carottes rapées Bio vinaigrette Boudin noir Purée de patate douce et carottes  Camembert à la Coupe Yaourt lait entier vanille Bio	X Saucisse knacki volaille  Blettes à la tomate Fraidou Yaourt sveltesse vanille	X Saucisse knacki volaille X 100G Blettes à la tomate 100G Fraidou Yaourt sveltesse vanille	X X Purée de pmme de terre 100G Blettes à la tomate 100G X Yaourt sveltesse vanille	X Saucisse knacki volaille X Fraidou Yaourt sveltesse vanille	X Œufs mollets X Fromage s/sel X	X Œufs mollets X X X	X Saucisse knacki volaille X X X
	Soir	Salade de tomates au basilic Cordon bleu de volaille Haricots beurre persillés  Entremet au citron	X Jambon de dinde X  X allégé	X Jambon de dinde X 100G Purée de pomme de terre 100G X allégé	X Jambon de dinde X 100G Purée de pomme de terre 100G X allégé	X Jambon de dinde X X X	X Jambon de dinde X X X	X Escalope de dinde au jus X X	X Pané fromager 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	Terrine de légumes Œufs durs vinaigrette X X X	Terrine de légumes 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
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 sans olives Haché de veau au jus X Fromage sans sel X	X Grinioc de légumes 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 X Sans olives 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	
	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 X X X	Champignons à la Grecque Boulette de bœuf X X	Champignons à la Grecque X X	X Boulettes de lentilles 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	X	X	X	X	X	X	X
		Colin à la méditerranéenne (tomate, olives et câpres)	Nem végétarien	Nem végétarien	X	Colin sauce citron	Colin rondelle de citron	X	X
		Macaronis	X	X	Pâtes complètes	X	Pâtes sans gluten	X	X
	Soir	Fromage blanc nature	X	X	X	X	X	X	X
	Compote pomme abricot	X	X	X	X	X	X	X	
	Salade soja maïs concombre vgte	X	X	X	Potage de légumes	X	Concombre vinaigrette	X	
	Rôti de porc au jus	X	Crêpe champignon emmental	X	X	X	X	X	
	Haricots rouges cuisinés	X	X	X	Polenta	X	X	X	
	Glace vanille bâtonnet	X	X	X	X	Glace vanille/fraise pot	Glace vanille/fraise pot	X	
MARDI	Midi	Betteraves vinaigrette	X	X	X	X	X	X	X
		Paëlla complète (poulet, moules, encornets, chorizo)	Haut de cuisse poulet origan	Mijoté de soja au curry	Haut de cuisse poulet origan	X	X	Merlu sauce citron	Paëlla au poisson
		Fromage frais Rondelé nature Bio	Riz créole Or	X	Riz complet	X	Riz créole or	X	
		Fruit frais	X	X	X	Purée de fraise	X	Crème dessert caramel	X mou
	Soir	Salade de pâtes thon, tomates, olives noires	X sans thon	X sans thon	X	X régime	Rillettes thon tomates olives	X	X
	Samoussas aux légumes	X	X	X	Merlu au citron	Merlu au citron	Merlu au citron	X	
	Courgettes à la tomate	X	X	X	Purée de potiron	X	X	X	
	Yaourt nature Bio sucré	X	X	X	X	X	X	X	
MERCREDI	Midi	Taboulé à la menthe	X	X	X	Salade ébly nature	Fond d'artichaut tomate	Salade ébly nature	X
		Chipolatas	X	Crêpe mozzarella Bio	X	Boulettes de bœuf	X	Boulettes de bœuf	X
	Ratatouille	X	X	X	Purée de brocoli	X	X	X	
		Gouda à la coupe	X	X	X	X	X	Fondu délice emmental	Fondu délice emmental
	Cône glacé au chocolat	X	X	X	X	X	Glace vanille/chocolat pot	X	
	Soir	Céleri rave à la Pomme Bio	X	X	X	Flan de céleri	X	X sans pomme	X
	Salade de farfalles à la Grecque (concombre, tomates, olives, fromage)	X	X	X	Œufs mollets	Œufs mollets	Œufs mollets	Œufs mollets	
					Farfalles	Pâtes sans gluten	Farfalles	Farfalles	
		Fruit frais	X	X	X	Purée de pêche	X	Purée de pêche	X mou
JEUDI	Midi	Carottes rapées Bio vinaigrette	X	X	X	Flan de carottes	X	X	X
		Boudin noir	X	Œufs mollets	X	X	X	X	X
		Purée de patate douce et carottes	X	X	X	X	X	X	X
		Camembert à la Coupe	X	X	X	X	X	Fraidou	X
	Yaourt lait entier vanille Bio	X	X	X	X	X	X	X	
	Soir	Salade de tomates au basilic	X	X	X	Betteraves vgte	X	Rillettes tomates basilic	X
	Cordon bleu de volaille	X	Pané fromager	X	X	X	Jambon de dinde	Jambon de dinde	
	Haricots beurre persillés	X	X	X	Purée de haricots verts	X	X	X	
	Entremet au citron	X	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		
DIMANCHE	Midi				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	Soir	Aubergines à la tomate	X	X	X	Purée de courgettes	X	X	X
		Fromage blanc aux fruits	X	X	X	X	X	X	X