

Semaine n° 1 - du 2 au 8 Janvier 2012					Plan Alimentaire 2
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée		Betteraves vinaigrette bio			
Plat principal		Poisson meuniere tartare		Tortilla	Keftas d'agneau à la marocaine
Accompagnement		Pomme vapeur		Ratatouille bio	Semoule et legumes couscous
Produit laitier		Yaourt nature sucré		Tome noire	Fromage frais aux fruits
Dessert				Galette des rois 	Pomme bio

Salade pastorelle : pâte, tomate, poivron vert / Keftas d'agneau : boulettes d'agneau sauce marocaine

Semaine n° 2 - du 9 au 15 Janvier 2012					Plan Alimentaire 3
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade nicarde	Salade d'agrumes		Celeri remoulade mayonnaise bio	Crêpe au fromage
Plat principal	Escalope de volaille au curry	Tortis à la bolognaise salade verte bio		Chipolatas bio	Filet de poisson citron
Accompagnement	Carottes persillées			pâtes bio	Epinards crème/dt
Produit laitier	yaourt sucré bio				
Dessert		Flan vanille		purée pommes poires bio	Banane bio

Salade nicarde : pomme de terre, tomate, haricot vert / Salade d'agrumes : salade, quartier de pomelos et mandarines



«La cigale ayant chanté tout l'été, se trouva fort dépourvue quand la bise fut venue.

Elle alla voir la fourmi, sa voisine qui lui conseilla quelques gouttes de citron pour avoir meilleure mine !»



Semaine n° 3 - du 16 au 22 Janvier 2012					Plan Alimentaire 4
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi 	Vendredi
				carottes râpées bio	
	Steak haché	Cassoulet		Fricassée de volaille à la crème d'endives	Filet de poisson sauce congarnoise
	Pommes rissolées			Haricots verts	Pommes de terre
	Fromage frais sucré	fromage bio			Yaourt aromatisé
	Pomme bio	Cocktail de fruits au sirop		Eclair chocolat	Kiwi bio

Mardi : Menu d'hiver - Duo d'hiver : radis noir et carottes râpées

Fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Légende pictogrammes :



Bon appétit !

Semaine n° 4 - du 23 au 29 Janvier 2012					Plan Alimentaire 5
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée				Carottes rapées vinaigrette bio	Salade de pâtes
Plat principal	Sauté de boeuf au paprika	Parmentier de poisson		Raviolis	Rôti de porc sauce au poivre
Accompagnement	Mitonnée de légumes				Petits pois à la française
Produit laitier	Yaourt nature sucre bio	Edam			Fromage frais bio
Dessert	Madeleine	Clémentines bio		Flan nappé caramel	

Semaine n° 5 - du 30 Janvier au 5 Février 2012					Plan Alimentaire 1
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade de lentilles	Salade vendéenne			Salade verte vinaigrette dés de gruyère
Plat principal	Steak haché de volaille au jus	Boeuf bourguignon		Choux fleurs à la parisienne salade verte bio	Marmite de poisson
Accompagnement	Haricots beurre	Riz bio			Semoule bio
Produit laitier				Gouda	Yaourt aromatisé
Dessert	fruit bio	Mousse au chocolat au lait		Crêpe de la Chandeleur 	

Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec / Choux fleur à la parisienne : gratin de choux fleur béchamel avec épaule de porc

Semaine n° 6 - du 6 au 12 Février 2012					Plan Alimentaire 2
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi 	Vendredi
Entrée		Crêpe au fromage			
Plat principal	Tortilla	Poisson pané citron		Sauté de porc au caramel	Paupiette de veau au jus
Accompagnement	Epinards béchamel	Haricots verts		Riz bio	Purée de pommes de terre
Produit laitier	Cantafrais			Cocktail de fruits coco	fromage bio
Dessert	Clémentines bio	Kiwi bio		Accras banane chocolat	Flan vanille