



**Semaine 3  
du plan alimentaire**

Période du Lundi 21 Janvier au Vendredi 1 Mars 2019

*Menu de la semaine*

**Du Lundi 4 Février au Vendredi 8 Février 2019**

Semaine 06		Lundi (Midi)	Mardi (Midi)	Mercredi (Midi)	Jeudi (Midi)	Vendredi (Midi)
<i>Entrée</i>		Salade d'endive ninon (endive, frisée, œufs lamelles, sauce rémoulade)	Salade Indienne (chou blanc, jambon de dinde, tomate, curry, vinaigrette)	Quiche aux légumes maison	Courgettes et carottes rapées au curry	新年好 Nem's de poulet
		Mâche champêtre (mache, betteraves, champignons, oignons)	Salade Waldorf (céleri rapé, pomme, noix, raisins secs, mayonnaise)	Quiche Lorraine maison	Avocat à la menthe	
<i>Vandées</i>		bolognaise au thon	Rôti de porc au curry	Filet de colin sauce bonne femme	Brochette de dinde poivron paprika maison	Emincé de porc caramel et aux oignons
		Bolognaise	Brochette de poisson meunière	Mignonin de veau à l'ementhal	Omelette à l'espagnole	Sauté de poulet au lait de coco
<i>Légumes</i>		Salade verte	Chou Romanesco et carottes	Poêlées de fenouil à la tomate	Poêlée de légumes	 Poêlée chinoise Riz cantonnais
<i>Féculents</i>		Spaghetti	Quinoa boulgour	Pommes de terre à l'ail	Pommes Rôstis	
<i>Produits laitiers</i>		Roquefort portion	Camembert portion	Chèvre frais portion	Montboissier	Fromage blanc au dès de litchi
<i>Dessert</i>		Chou vanille	Pomme au miel en papillote	Pomme	Banane au chocolat	Beignet rouelle de pomme
		Galette	Poire façon Belle-Hélène	Fruits crus de saison	Coupe de mangue	Mini beignet banane passion
		Lundi (Soir)	Mardi (Soir)	Mercredi (Soir)	Jeudi (Soir)	
<i>Entrée</i>		Crème de champignons	Œufs à la russe	Salade de pâtes	Salade sombrero	 Ici nous mangeons du pain local Pain céréales, campagne
<i>Vandées</i>		Pané de blé emmental épinards et graines	Croque aux fromages	Tarte tomate chevre basilic	Assiette anglaise	
<i>Légumes</i>		Haricots verts à la tomate	salade verte	Frisée vinaigrette	Pomme de terre au four salade verte	
<i>Dessert</i>		Entremet chocolat	Pêche melba	Crêpe	Pomme	



*La Directrice*

*Le Gestionnaire*

**Information: " présence d'allergènes possible dans la composition des plats"**

Voici les 14 aliments les plus allergisants: gluten, œuf, arachide, lait et produit à base de lait, céleri, sésame, lupin, crustacés, poisson, soja et produits à base de soja, fruits à coque, moutarde et produits à base de moutarde, anhydrite sulfureux et sulfites et mollusques