

# Menu du 07 au 13 janvier

## Lundi

### Déjeuner

Macédoine vinaigrette  
Aiguillettes de poulet au cumin  
Chou fleur  
Pommes de terre persillées  
Fromage ou laitage  
Fruit de saison

### Dîner

Potage de légumes  
Filet de lieu , quartier de citron  
Haricots beurre  
Yaourt aux fruits

## Mardi

### Déjeuner

Céleri rapé  
Rôti de porc , jus aux herbes  
Petits pois  
Jeunes carottes  
Bananes au fromage blanc,

### Dîner

Salade iceberg aux olives  
Omelette  
Mélange de légumes  
Fruit de saison

## Mercredi

### Déjeuner

Chou chinois aux oignons frits  
Bœuf bourguignons  
Salisifs  
Pâtes  
Fromage  
Salade de fruits frais

### Dîner

Soupe de légumes  
Quenelles sauce aurore  
Salade verte  
Entremet

## Jeudi

### Déjeuner Inspiration du Chef

Salade d'endives  
Steak haché de veau au jus  
Brocolis  
Quinoa  
Fromage  
Ile flottante

### Dîner

Crudités  
Hachis parmentier de poulet  
Salade verte  
Cocktail de fruits

## Vendredi

### Déjeuner

Salade de riz  
Filet de colin , crumble au basilic  
Poêlée méridionale  
Fromage  
Fruit de saison

### Dîner

Soupe à l'oignon  
Boulettes de bœuf provençale  
Biettes sautées  
Petits suisse

## Samedi

### Déjeuner

Salade de champignons frais  
Emincé de dinde  
Semoule  
Mélange de légumes racines  
Fromage  
Fruit de saison

### Dîner

Salade pommes de terre et hareng  
Jambon blanc  
Gratinée de poireaux  
Mousse au café

## Dimanche

### Déjeuner

Salade aux foies de volaille  
Rôti de bœuf, jus tradition  
Haricots verts persillés  
Pâtes  
Fromage  
Pâtisserie

### Dîner

Carottes rapées  
Tarte indienne aux raisins  
Salade verte  
Ananas au sirop d'érable

# Menu

du 07 au 13  
janvier

## Hypocalorique

### Lundi

Déjeuner

Macédoine vinaigrette  
Aiguillettes de poulet au cumin  
Chou fleur  
Pommes de terre persillées  
**Fromage allégé**  
Fruit de saison

Dîner

Potage de légumes  
Filet de lieu , quartier de citron  
Haricots beurre  
Yaourt aux fruits

### Mardi

Déjeuner

Céleri rapé  
Rôti de porc , jus aux herbes  
Petits pois  
Jeunes carottes  
Bananes au fromage blanc,

Dîner

Salade iceberg aux olives  
Omelette  
Mélange de légumes  
Fruit de saison

### Mercredi

Déjeuner

Chou chinois aux oignons frits  
Bœuf bourguignons  
Salsifis  
Pâtes  
**Fromage allégé**  
Salade de fruits frais

Dîner

Soupe de légumes  
Quenelles sauce aurore  
Salade verte  
**Dessert S/Sucre**

### Jeudi

Déjeuner Inspiration du Chef

Salade d'endives  
Steak haché de veau au jus  
Brocolis  
Quinoa  
**Fromage allégé**  
**Dessert /Sucre**

Dîner

Cruautés  
Hachis parmentier de poulet  
Salade verte  
**Fruit cuit S/Sucre**

### Vendredi

Déjeuner

Salade de riz  
Filet de colin , crumble au basilic  
Poêlée méridionale  
**Fromage allégé**  
Fruit de saison

Dîner

Soupe à l'oignon  
Boulettes de bœuf provençale  
Blettes sautées  
Petits suisse

### Samedi

Déjeuner

Salade de champignons frais  
Emincé de dinde  
Semoule  
Mélange de légumes racines  
**Fromage allégé**  
Fruit de saison

Dîner

Salade pommes de terre et hareng  
Jambon blanc  
Gratiné de poireaux  
**Dessert S/Sucre**

### Dimanche

Déjeuner

Salade aux foies de volaille  
Rôti de bœuf, jus tradition  
Haricots verts persillés  
Pâtes  
**Fromage allégé**  
**Dessert /Sucre**

Dîner

Carottes rapées  
**Flan indien au curry**  
Salade verte  
**Ananas frais**