

Menu
du 04 au 10
février
Hypocalorique

Lundi

Déjeuner

Cèleri à la bulgare
Echine de porc sauce charcutière
Carottes braisées
Haricots lingot
Fromage allégé
Yaourt aromatisé

Dîner

Soupe de légumes
Tarte arménienne
Salade verte
Fruit de saison

Mardi

Déjeuner

Terrine de légumes
Filet de lieu sauce crustacés
Tombée d'épinards
Pommes persillées
Fromage allégé
Salade de fruits frais

Dîner

Batavia et maïs
Escalope de dinde
Piperade
Fromage blanc

Mercredi

Déjeuner

Salade mimolette et croutons
Paëlla
Laitage
Fruit de saison

Dîner

Potage de légumes
Jambon grillé
Printanière de légumes
Dessert S/Sucre

Jeudi

Déjeuner

Boullgour à la menthe
Steak haché au jus
Haricots plats
Fromage
Dessert S/Sucre

Dîner

Salade fraîcheur
Œufs gratinés à la moutarde
Légumes mijotés
Fruit de saison

Vendredi

Déjeuner

Betteraves rouges vinaigrette
Brandade de colin
Salade verte
Fromage allégé
Fruit de saison

Dîner

Bouillon thaï
Vol au vent
Riz
Dessert S/Sucre

Samedi

Déjeuner

Carottes râpées à la ciboulette
Poulet roti
Polenta
Julienne de légumes
Fromage allégé
Dessert S/Sucre

Dîner

Salade de lentilles
Clafoutis Provençal au chèvre
Salade verte
Fruit de saison

Dimanche

Déjeuner

Salade de cœurs d'artichauts
Rôti de veau vallée d'Auge
Tagliatelles
Poêlée de champignons
Fromage allégé
Pâtisserie

Dîner

Crudités
Chou farci , coulis de tomates
Salade verte
Compote