

Menu

Du 18 au 24
février

Hypocalorique

Lundi

Déjeuner

Salade de lentilles
Steak haché de bœuf
Haricots beurre
Pâtes

Fromage allégé

Fruit de saison

Dîner

Crudités
Boulettes de bœuf
Navets braisés
Fromage blanc au miel

Mardi

Déjeuner

Terrine de légumes, sauce ciboulette
Poulet rôti
Champignons ail et persil
Polenta

Fromage allégé

Salade de fruits frais

Fricassée de porc à la basquaise
Carottes

Dîner

Potage de légumes
Filet de lieu au court-bouillon
Cordiale de légumes
Compote

Mercredi

Déjeuner

Salade d'endives
Fricassée de porc à la basquaise
Carottes
Riz

Fromage allégé

Dessert S/Sucre

Dîner

Salade du chef
Œufs durs gratinés
Épinards braisés
Fruit de saison

Jeudi

Déjeuner

Nem et sa garniture
Emincé de dinde aux champignons noirs
Riz thaï
Mélange de légumes asiatiques
Litchis

Dîner

Salade verte au maïs
Jambon braisé
Haricots verts persillés
Petit suisse

Vendredi

Déjeuner

Mortadelle
Filet de merlu au citron
Brunoise
Ebly

Fromage allégé

Yaourt aux fruits

Dîner

Choux blanc aux raisins
Tortilla S/Pommes de terre
Salade verte
Compote

Samedi

Déjeuner

Maquereau moutarde
Brochette de dinde
Jardinière de légumes
Laitage
Pommes au four à la cannelle

Dîner

Crudités
Cake aux olives
Salade verte
Fromage blanc

Dimanche

Déjeuner

Salade du chef
Sauté de canard à l'orange
Duo de carottes
Pâtes

Fromage allégé

Dessert S/Sucre

Dîner

Potage de légumes
Gratin de moules sauce safranée
Courgettes sautées
Fruit de saison