



NOM :

SEMAINE N°16

du 17 avril au 23 avril 2023

PRENOM :

Retour pour le 3 avril 2023

	lundi 17 avril 2023	mardi 18 avril 2023	mercredi 19 avril 2023	jeudi 20 avril 2023	vendredi 21 avril 2023	samedi 22 avril 2023	dimanche 23 avril 2023
Suggestion de repas équilibrés	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>
	Andouille	Salade paysanne	Carottes râpées	Friand au fromage	Salade italienne	Tarte aux poireaux	Rosette
	Filet de maquereau à la tomate	Palette de porc provençale	Jambalaya	Merguez	Osso bucco à la milanaise	Sauté de porc au curry	Pavé de cabillaud sauce Choron
	Ebly	Ratatouille	Riz créole	Julienne de légumes	Pennes all' arrabiata	Carottes Vichy	Boulgour aux champignons
	Brie	Yaourt bio	Yaourt aux fruits	Chèvre	Rondelé au poivre	Petits suisse aux fruits	Saint Nectaire
	Poire	Eclair café	Abricots au sirop	Pomme	Tiramisu	Yaourt chocolat	Tropézienne
	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>
	Salade Russe	Petits boudins noirs	Œuf mimosas	Tomate échalote	Museau de bœuf à la Lyonnaise	Salade Grecque	Fond d'artichaud farci
	Langue de bœuf sauce piquante	Poisson à la provençale	Jambonneau	Filet de poulet à la crème	Matelotte de saumonette	Hachis parmentier	Cuisse de canette à l'orange
	Poêlée campagnarde	Pommes de terre vapeur	Chou braisé	Semoule	Tomate provençale et courgettes	Purée de pommes de terre	Endives braisées
Tartare ail et fines herbes Crème gourmande cnochoiat noisettes	Mimolette Banane	Vache qui rit Liégeois vanille	Petits suisse aux fruits Yaourt Malo fraise	Saint Paulin Compote pomme cassis	Carré frais Poire	Chèvre cendré Broyé du Poitou caramel	
	Potage poireau pommes de terre	Potage du jardin	Potage alénois	Crème Dubarry	Soupe de poisson	Soupe à l'oignon	Velouté de courgettes
ENTREES	Radis beurre	Feuilleté poisson	Croq' salade	Salami	Terrine de légumes	Salade Berlinoise	Concombre à la crème
	Andouille	Salade paysanne	Carottes râpées	Friand au fromage	Salade italienne	Tarte aux poireaux	Rosette
	Terrine marché provençal	Céleri rémoulade	Mousse de canard	Betteraves à la moutarde	Salade Niçoise	Roulade de volaille	Samoussas
	Salade Russe	Petits boudins noirs	Œuf mimosas	Tomate échalote	Museau de bœuf à la Lyonnaise	Salade Grecque	Fond d'artichaud farci
VIANDES / POISSONS	Filet de dinde à la crème de poireaux	Brun de veau sauce Robert	Filet de colin meunière	Boudin noir	Ragoût de gésiers de volaille	Poisson du marché sauce Dualléré	Boulettes de bœuf au poivre
	Filet de maquereau à la tomate	Palette de porc provençale	Jambalaya	Merguez	Osso bucco à la milanaise	Sauté de porc au curry	Pavé de cabillaud sauce Choron
	Langue de bœuf sauce piquante	Poisson à la provençale	Jambonneau	Filet de poulet à la crème	Matelotte de saumonette	Hachis parmentier	Cuisse de canette à l'orange
	Chipolatas	Nuggets de volaille	Cannelonis	Moules à la Catalane	Galette sarrazin jambon /	Grignottes de poulet	Saucisson brioché sauce du
GARNITURES	Haricots verts en persillade	Printanière de légumes	Poêlée cordiale	Pommes de terre rissolées	Purée d'épinards	Riz pilaf	Trio de légumes verts
	Ebly	Ratatouille	Riz créole	Julienne de légumes	Pennes all' arrabiata	Carottes Vichy	Boulgour aux champignons
	Poêlée campagnarde	Pommes de terre vapeur	Chou braisé	Semoule	Tomate provençale et courgettes	Purée de pommes de terre	Endives braisées
	Flageolets	Garniture céleri	Garniture cannelonis	Fondue de poireaux	Petits pois	Poêlée gala	Pommes de terre rostis
FROMAGES / LAITAGES	Fromage blanc vanille	Rondelé fleur de sel	Edam	Yaourt aromatisé	Fromage blanc aux fruits	Emmental	Cotentin
	Brie	Yaourt bio	Yaourt aux fruits	Chèvre	Rondelé au poivre	Petits suisse aux fruits	Saint Nectaire
	Tartare ail et fines herbes	Mimolette	Vache qui rit	Petits suisse aux fruits	Saint Paulin	Carré frais	Chèvre cendré
	Yaourt nature	Petit suisse	Fromage blanc	Cantadou	Chanteneige	Fromage blanc	Yaourt bio
DESSERTS / FRUITS	Compote pomme banane	Crème caramel	Orange	Mosaïque de fruits	Semoule au lait	Eclair vanille	Banane
	Poire	Eclair café	Abricots au sirop	Pomme	Tiramisu	Yaourt chocolat	Tropézienne
	Crème gourmande chocolat noisettes	Banane	Liégeois vanille	Yaourt Malo fraise	Compote pomme cassis	Poire	Broyé du Poitou caramel
	Flan pâtissier	Compote pomme coing	Novly chocolat	Pomme	Kiwi	Compte de pêche	Croissillon abricot

# SEMAINE N°17

# du 24 avril au 30 avril 2023

	lundi 24 avril 2023	mardi 25 avril 2023	mercredi 26 avril 2023	jeudi 27 avril 2023	vendredi 28 avril 2023	samedi 29 avril 2023	dimanche 30 avril 2023
Suggestion de repas équilibrés	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>	<b>Menu Equilibre N° 1</b>
	1/2 œuf macédoine	Salade Colmart	Mousse de foie	Duo rémoulade	Taboulé	Tomate ciboulette	Farci Poitevin
	Tripes à la mode de Caen	Fondant de porc à l'aigre douce	Aile de raie aux câpres	Paupiette de dinde au jus	Saucisses de bœuf	Petit salé	Thon aux petits légumes et huile vierge
	Choux de Bruxelles	Nouilles chinoises	Piperade	Haricots rouges	Jeunes carottes	Lentilles	Purée de céleri
	Tartare ail et fines herbes	Tomme noire	Petit suisse aux fruits	Vache qui rit	Gouda	Fromage blanc aux fruits	Bleu
	Pot de crème fraise	Pomme	Compote poire	Yaourt Malo vanille	Crumble fruits rouges	Orange	Brownie chocolat
	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>	<b>Menu Equilibre N° 2</b>
	Courgettes râpées au curry	Piémontaise	Radis beurre	Cervelas	Salade bohémienne	Œuf au thon	Terrine 5 légumes
	Blanquette de dinde	Tomate farcie	Araignée de porc	Marmite du pêcheur (panga)	Colombo de volaille	Moussaka	Lapin chasseur
	Pommes de terre parisenne	Poêlée maraîchère	Petits pois	Légumes du soleil	Purée de pommes de terre	Garniture moussaka	Pommes de terre fondante
Camembert	Rondelé fleur de sel	Yaourt bio	Brie	Yaourt aux fruits	Mimolette	Tomme grise	
Quetsches au sirop	Chou crème	Kiwi	Far Breton aux pruneaux	Compote pomme	Semoule au lait	Baba au rhum	
	Potage Légumes	Potage Crécy	Velouté d'asperge	Potage paysan	Potage milanais	Potage tomate	Potage légumes de saison
ENTREES	Salade marina	Saucisson à l'ail	Salade Vendéenne	Salade du Béarn	Terrine du pêcheur	Chorizo doux	Salade mexicaine
	1/2 œuf macédoine	Salade Colmart	Mousse de foie	Duo rémoulade	Taboulé	Tomate ciboulette	Farci Poitevin
	Jambon blanc	Crêpes goût emmental	Radis beurre	Salade Mikado	Rillettes cornichon	Pommes de terre mavonnaise	Salade Australienne
	Courgettes râpées au curry	Piémontaise	Radis beurre	Cervelas	Salade bohémienne	Œuf au thon	Terrine 5 légumes
VIANDES / POISSONS	Tilapia beurre blanc citronné	Coq au vin	Omelette à l'espagnole	Rognons de porc	Paupiette de saumon sauce oseille	Poulet rôti	Bœuf à la chinoise
	Tripes à la mode de Caen	Fondant de porc à l'aigre douce	Aile de raie aux câpres	Paupiette de dinde au jus	Saucisses de bœuf	Petit salé	Thon aux petits légumes et huile vierge
	Blanquette de dinde	Tomate farcie	Araignée de porc	Marmite du pêcheur (panga)	Colombo de volaille	Moussaka	Lapin chasseur
	Cervelas Orloff	Poisson pané	Haché de poulet gratiné	Lasagnes bolognaise	Feuilleté Hot Dog	Quenelles de brochet Nantua	Tresse de volaille forestière
GARNITURES	Riz au curry	Jardinière de légumes	Pommes de terre sautées	Bouquetière de légumes	Curry de pois chiches	Trio de choux fleurettes	Riz cantonais
	Choux de Bruxelles	Nouilles chinoises	Piperade	Haricots rouges	Jeunes carottes	Lentilles	Purée de céleri
	Pommes de terre parisenne	Poêlée maraîchère	Petits pois	Légumes du soleil	Purée de pommes de terre	Garniture moussaka	Pommes de terre fondante
	Haricots verts	Quinoa à la tomate	Navets au jus	Garniture lasagnes	Poêlée asiatique	Coquillettes	Haricots plats
FROMAGES / LAITAGES	Yaourt nature	Fromage blanc	Chèvre	Petits suisse	Rondelé au poivre	Yaourt nature	Faisselle
	Tartare ail et fines herbes	Tomme noire	Petit suisse aux fruits	Vache qui rit	Gouda	Fromage blanc aux fruits	Bleu
	Camembert	Rondelé fleur de sel	Yaourt bio	Brie	Yaourt aux fruits	Mimolette	Tomme grise
	Petit suisse	Yaourt aromatisé	Cantadou	Fromage blanc vanille	Chanteneige	Petit suisse	Cotentin
DESSERTS / FRUITS	Compote pomme biscuitée	Mosaïque de fruits	Mousse chocolat	Poire	Crème caramel	Roulé chocolat	Crème pâtissière aux fruits
	Pot de crème fraise	Pomme	Compote poire	Yaourt Malo vanille	Crumble fruits rouges	Orange	Brownie chocolat
	Quetsches au sirop	Chou crème	Kiwi	Far Breton aux pruneaux	Compote pomme	Semoule au lait	Baba au rhum
	Orange	Crème café	Flamby	Compote pomme ananas	Banane	Compote de fruits	Pomme