

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 Semaine	Crème de tomate Cuisse de poulet barbecue Pommes de terre purée Carottes	Soupe poulet et nouilles Macaroni à la viande Légumes de saison	Potage de carottes Burger à la dinde du Sud-Ouest Salade de chou	Soupe orientale Poulet sauce aigre-douce Riz vapeur Haricots verts	
	Lasagne végétarienne Salade du chef	Taco souple au poisson croustillant et yogourt à la lime Salade de pâtes et légumes	Chili végétarien Riz basmati Salade de chou	Pâtes sauce rosée Haricots verts	
	Croustillant aux pommes	Gâteau aux petits fruits	Tartelette au citron	Gâteau au chocolat	
2 Semaine	Soupe aux poulet et riz	Soupe aux légumes	Poulet et quinoa	Bœuf et orge	
	Spaghetti aux boulettes de viande sauce tomate basilic Salade du jardin	Saucisse italienne douce Purée de pommes de terre Légumes du jour	Pâté chinois classique au bœuf Betteraves	Poulet au beurre Vermicelle de riz Brocoli	
	Gratin de légumes Salade du jardin	Macaroni au fromage Légumes du jour	Cari de pois chiche et de légumes racines Riz Basmati	Pâtes sauce Alfredo Brocoli	
3 Semaine	Compote de pommes et fruits	Galette à la mélasse	Gâteau aux carottes	Bagatelle	
	Crème de tomates	Soupe à l'oignon	Soupe aux lentilles	Potage de carottes	
	Spaghetti à la viande Salade césar	Pain de viande sauce tomate Purée de pommes de terre Carottes persillées	Dinde hachée sauce chili thaï Riz basmati Chou et carottes râpés	Lasagne classique au bœuf Salade césar	
4 Semaine	Sauté de tofu et légumes caramélisés Riz vapeur Haricots verts	Riz cajun aux légumes et haricots rouges Carottes persillées	Poisson à la grecque Pommes de terre en quartiers Légumes du jour	Quiche aux légumes et fromage Salade ou légumes	
	Salade de fruits	Galettes aux gruau et bananes	Tartelette au fromage et fruits	Bagatelle	
	Crème de brocoli	Soupe poulet et nouilles	Potage de courge	Soupe aux légumes	
Date du menu 4	Boulettes de bœuf à la suédoise) Nouilles aux oeufs Brocoli	Sloppy Joe Pommes de terre en quartiers Légumes du jour	Spaghetti sauce à la viande Salade césar	Hamburger steak, sauce à l'oignon Pomme de terre rôties, petits pois et carottes	
	Tofu parmeigiana Nouilles aux oeufs Brocoli	Macaroni chinois végétarien Légumes du jour	Salade Cobb revisitée (Orzo, laitue, chou rouge et carottes râpées, œuf cuit dur, pois chiches grillés, vinaigrette au yogourt)	Burger de poisson Salade de chou vert et rouge	
	Tartelette au sucre	Gâteau au chocolat	Galette à la mélasse	Pouding au quinoa et chocolat	

