

Menus sans viande et sans porc

JANVIER 2019

Lundi 7

Ceuf dur et mayonnaise
Palet de blé emmental/épinards
Petits pois aux oignons
Gouda
Fruit de saison

Mardi 8

Carottes râpées en vinaigrette à l'échalote
Filet de poisson croustillant
Coquillettes au beurre
Yaourt sucré BIO

Mercredi 9

Haricots verts et thon en vinaigrette
Paupiette de saumon
Blé
Cantal
Fruit de saison

jeudi 10

Laitue fourme/raisins
Dos de colin à l'orange
Duo de carottes
Couronne des rois

Vendredi 11

Betteraves en vinaigrette aillée
Poisson pané
Purée de pois cassés
Comté
Ananas frais

Lundi 14

Mâche et mimolette en vinaigrette
Saumon
Boulgour
Compote BIO

Mardi 15

Coupelle de thon
Filet de poisson meunière
Gratin de courgette et pommes de terre
Vache qui rit
Fruit de saison

Mercredi 16

Céleri rémoulade
Palet du fromager
Ratatouille
Fruits au sirop
Pain d'épice

jeudi 17

Tarte au chèvre et épinards
Omelette
Brocoli et Chou-fleur en béchamel
Fruit de saison BIO

Vendredi 18

Chou blanc et croutons en vinaigrette
Filet de poisson frais à l'estragon
Riz safrané
Petits suisses aux fruits BIO

Lundi 21

Pommes de terre pêcheur
Crêpe au fromage
Haricots beurre persillés
Edam
Fruit de saison

Mardi 22

Carottes râpées en vinaigrette
Boulettes de soja à la tomate
Spaghettis
Yaourt vanille

Mercredi 23

Endives et fourme d'Ambert en vinaigrette
Filet de colin
Beignets de chou-fleur
Charlotte aux fruits

jeudi 24

Laitue et croutons
Paupiette de saumon
Pommes noisette
Saint paulin
Dés de poires

Vendredi 25

Tarte aux fromages
Filet de poisson pané
Epinards à la crème
Fruit de saison BIO

Lundi 28

Pamplemousse et sucre
Omelette nature BIO
Gratin dauphinois
Crème dessert vanille

Mardi 29

Mâche parisienne
Brandade de poisson
Beignet à l'abricot

Mercredi 30

Betteraves en vinaigrette
Haricots rouges végétariens façon chili
Riz
Fromage blanc et confiture de fraise

jeudi 31

Potage au potiron et emmental en dés
Tarte aux légumes
Haricots verts BIO persillés
Fruit de saison

Vendredi 01/02

Chou blanc et thon en vinaigrette
Filet de saumon
Semoule
Yaourt aux fruits mixés