

MENU HEBDOMADAIRE EXEMPLE 1

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
M I D I	Entrée	Concombre	Carottes râpées	Taboulé	Betteraves râpées	Champignons crus	Tomates	Avocat et Thon
	VOP	Escalope de veau	Côte de porc	Steack	Escalope de dinde	Foie de veau	Saumon fumé	Poulet grillé
	Féculents	Lentilles	Pâtes		Semoule	Flageolets	Pâtes	Pommes de terre rissolées
	Légumes	Carottes braisées	Endives braisées	Courgettes sautées	Haricots verts	Haricots verts		Carottes sautées
	Produits Laitiers	Fromage	Fromage	Fromage	Flan à l'aspartame	Fromage	Fromage	Fromage
	Dessert	2 Clémentines	Poire cuite	Banane	Orange	Pomme	Orange	Gâteau de riz
S O I R	Entrée	Soupe de Courgettes	Soupe de Légumes	Soupe de Légumes	Soupe de Légumes	Soupe de Carottes	Soupe de Carottes	Soupe de Courgettes
	VOP	Saucisse de Strasbourg	Œufs durs	Jambon	Poisson blanc	Crevettes	Jambon	Omelette
	Féculents	Lentilles	Pommes de Terre vapeur	Pommes de terre	Riz	Riz	Blé	Quinoa
	Légumes	Salade verte	Epinards	Salade d'endives	Tomates à la provençale	Salade d'endives	Brocolis	Ratatouille
	Produits Laitiers	Yaourt	Yaourt	Faisselle	Fromage blanc	Petit Suisse	Yaourt	Faisselle
	Dessert	Poire cuite	Pomme	Compote Framboise	2 Clémentines	Abricots au sirop	Pomme au four	Poire