

Menu tables santé Octobre 2021

	Lundi 4 Octobre	Mardi 5 Octobre	Mercredi 6 Octobre	Jeudi 7 Octobre	Vendredi 8 Octobre	Samedi 9 Octobre	Dimanche 10 Octobre
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte et tomates ✓ Cerises ✓ Filet de poulet ✓ Riz et ratatouille ✓ Yaourt nature <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chou blanc râpé ✓ Bœuf Bourguignon ✓ Pâtes et champignons ✓ Fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<p><u>Anniversaires : Guillaume, Ludivine et Margot</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Carottes râpées ✓ Rôti de porc ✓ Haricots verts ✓ Tarte aux myrtilles <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de betteraves ✓ Sauté de veau ✓ Choux Bruxelles ✓ Chèvre ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Endives aux noix ✓ Poisson ✓ Pommes de Terre et épinards ✓ Fromage blanc <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Concombre et Feta ✓ Escalope de dinde ✓ Galette de légumes ✓ Compote 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Asperges sur salade en vinaigrette ✓ Filet de canard ✓ Poêlée de courgettes ✓ Eclair <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Poisson ❖ Julienne de légumes ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Concombres ❖ Blanc de dinde ❖ Poêlée de courgettes ❖ Yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mâche ❖ Steak haché ❖ Poêlée de légumes ❖ Emmental ❖ Compote 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte et dès de jambon ❖ Tarte aux poireaux ❖ Yaourt nature <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Omelette aux champignons ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Wrap au chèvre ❖ Salade verte ❖ Fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Atelier soupe ❖ Moussaka ❖ Salade verte ❖ Emmental ❖ Salade de fruits
	Lundi 11 Octobre	Mardi 12 Octobre	Mercredi 13 Octobre	Jeudi 14 Octobre	Vendredi 15 Octobre	Samedi 16 Octobre	Dimanche 17 Octobre
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de haricots verts ✓ Escalope de veau ✓ Poêlée de légumes ✓ Fromage ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de tomates ✓ Goulash de bœuf ✓ Gratin de pommes de Terre et poêlée d'aubergines ✓ Fromage ✓ Fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<p><u>Anniversaire : Thibaut M</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte et dès d'emmental ✓ Sauté de porc ✓ Purée de carottes ✓ Poirier <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de concombres ✓ Escalope de poulet ✓ Frites et haricots beurre ✓ Yaourt <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte ✓ Poisson ✓ Fondue de poireaux ✓ Edam ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Taboulé ✓ Jambon grillé ✓ Chou Romanesco ✓ Fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dimanche Familles
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Poisson ❖ Ebly et petits légumes ❖ Crème dessert sans sucre <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade composée ❖ Poêlée de courgettes, tomates et volailles ❖ Salade d'oranges 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Œufs durs à la Florentine ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte et pousses de soja ❖ Steak haché de veau ❖ Endives braisées ❖ Compote 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade de tomates ❖ Poivron farci ❖ Riz ❖ Yaourt nature <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Filet de poulet ❖ Carottes persillées ❖ Fromage blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Crêpes farcies ❖ Salade d'endives ❖ Fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>
	Lundi 18 Octobre	Mardi 19 Octobre	Mercredi 20 Octobre	Jeudi 21 Octobre	Vendredi 22 Octobre	Samedi 23 Octobre	Dimanche 24 Octobre
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte ✓ Escalope de dinde ✓ Pâtes et courgettes poêlées ✓ Petit suisse <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de betteraves ✓ Porc au caramel ✓ Purée de pommes de Terre et purée de haricots verts ✓ Fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Carottes râpées ✓ Sauté de lapin ✓ Riz et champignons ✓ Yaourt nature <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<p><u>Anniversaire : Charlène</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Céleri vinaigrette ✓ Rôti de bœuf ✓ Poêlée de légumes ✓ Tarte Tatin et crème Anglaise <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mâche ✓ Poisson ✓ Jardinière de légumes ✓ Gouda ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte ✓ Grillade de porc ✓ Julienne de légumes ✓ Crème au chocolat sans sucre 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade d'asperges ✓ Rôti de veau ✓ Ratatouille ✓ Fromage allégé ✓ Fruit
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade de concombres ❖ Poisson ❖ Brocolis ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade de tomates ❖ Steak haché de veau ❖ Gratin de légumes ❖ Crème dessert sans sucre 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade composée de tomates cerise, œufs durs et chèvre chaud ❖ Salade de fruits sans sucre 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Escalope de porc ❖ Carottes Vichy ❖ Fromage allégé ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade de pâtes ❖ Jambon blanc ❖ poêlée de courgettes ❖ Faisselle <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Tarte au thon ❖ Salade d'endives ❖ Fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Lasagne Bolognaise ❖ Salade verte et tomates cerise ❖ Yaourt nature <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>
	Lundi 25 Octobre	Mardi 26 Octobre	Mercredi 27 Octobre	Jeudi 28 Octobre	Vendredi 29 Octobre	Samedi 30 Octobre	Dimanche 31 Octobre
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte et cœurs de Palmiers ✓ Poulet au curry ✓ Riz et poêlée de légumes ✓ Yaourt <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avocat vinaigrette ✓ Grillade de porc ✓ Chou-fleur ✓ Fromage allégé ✓ Fruit 	<p><u>Repas à thème : Halloween</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Apéritif ✓ Salade verte ✓ Parmentier d'Halloween ✓ Tarte au potiron <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte aux noix ✓ Moules ✓ Frites et fondue de poireaux ✓ Compote <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de chou rouge ✓ Gigot d'agneau ✓ Flageolets et tomates provençales ✓ Fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de concombres ✓ Tagliatelles au saumon et petits légumes ✓ Petits Suisses nature <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Betteraves sur salade en vinaigrette ✓ Rôti de bœuf ✓ Poêlée Méridionale ✓ Dessert allégé
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Poisson ❖ Haricots Beurre ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mâche ❖ Steak haché ❖ Quinoa et poivrons poêlés ❖ Fromage blanc <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Aubergine farcie ❖ Salade d'endives ❖ Chèvre ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Poêlée de courgettes, tomates et volaille ❖ Comté ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Omelette aux champignons ❖ Salade verte ❖ Yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Steak haché de veau ❖ Poêlée de légumes ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Tarte aux poireaux ❖ Salade verte et dès de jambon ❖ Faisselle et fruit <p style="text-align: center; color: red;">Pas de pain</p>