

Menu Santé du mois de Février 2022

	Lundi 7 Février	Mardi 8 Février	Mercredi 9 Février	Jeudi 10 Février	Vendredi 11 Février	Samedi 12 Février	Dimanche 13 Février
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de tomates ✓ Filet de poulet ✓ Poêlée de légumes ✓ Fromage allégé ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Carottes râpées ✓ Noix de joue de porc ✓ Pâtes et champignons ✓ Yaourt nature Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Céleri vinaigrette ✓ Steak ✓ Frites et tomates provençales ✓ Fromage blanc Pas de pain 	Anniversaire : Mischaël D <ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade composée ✓ Sauté de veau aux olives ✓ Ratatouille ✓ Tarte Normande Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Potage ✓ Poisson en sauce ✓ Petits légumes ✓ Fromage allégé ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de tomates au thon ✓ Foie de bœuf ✓ Gratin de chou-fleur ✓ Salade d'ananas 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Asperges en vinaigrette sur salade ✓ Rôti de dinde ✓ Pâtes et champignons ✓ Crème allégée Pas de pain
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Brochette de poissons ❖ Riz et épinards ❖ Crème au chocolat sans sucre Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade composée ❖ Courgette farcie ❖ Fromage allégé ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mâche et tomates cerise ❖ Gratin d'endives au jambon ❖ Compote sans sucre 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade d'endives et dès d'emmental ❖ Steak hâché ❖ Haricots verts ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Omelette aux pommes de Terre ❖ Salade verte ❖ Faisselle Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Flamenküche ❖ Salade verte ❖ Yaourt nature Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Moussaka ❖ Salade verte ❖ Fromage allégé ❖ Fruit
	Lundi 14 Février	Mardi 15 Février	Mercredi 16 Février	Jeudi 17 Février	Vendredi 18 Février	Samedi 19 Février	Dimanche 20 Février
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade d'endives ✓ Blanquette de veau ✓ Riz et carottes ✓ Yaourt nature Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de concombres ✓ Filet de poulet ✓ Endives braisées ✓ Fromage allégé ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de betteraves sur mâche ✓ Pot au feu ✓ Salade de fruits Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fonds d'artichauts sur salade grillade ✓ Lentilles et champignons ✓ Fromage allégé 	Anniversaires : Pascal M, Gahim, Flora et Jean-Michel S <ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade d'endives ✓ Poisson ✓ Poêlée de légumes ✓ Eclair Vanille Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade composée ✓ Grillade de veau ✓ Brocolis ✓ Yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de tomates et Feta ✓ Gigot d'agneau ✓ Jardinière de légumes ✓ Dessert allégé
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ poisson ❖ Julienne de légumes ❖ Salade d'oranges 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mâche ❖ Jambon de dinde ❖ Petits pois-carottes ❖ Salade d'oranges Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade d'endives ❖ Steak haché de veau ❖ Ratatouille ❖ Yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Escalope de dinde ❖ Haricots beurre ❖ Fromage allégé ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Tomate farcie ❖ Poivrons grillés ❖ Fromage allégé ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Omelette aux pommes de Terre et champignons ❖ Salade verte et Feta ❖ Compote Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Crêpe farcie à l'emmental ❖ Salade verte ❖ Fruit Pas de pain
	Lundi 21 Février	Mardi 22 Février	Mercredi 23 Février	Jeudi 24 Février	Vendredi 25 Février	Samedi 26 Février	Dimanche 27 Février
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Courgettes râpées aux noix ✓ Escalope de dinde ✓ Haricots Beurre ✓ Fromage allégé ✓ Salade d'oranges 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Carottes râpées ✓ Estouffade Bourguignonne ✓ Pâtes et aubergines ✓ Yaourt nature Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte et tomates cerise ✓ Palette de porc ✓ Gratin de chou-fleur ✓ Chèvre ✓ Fruit 	Repas à thème : Nouvel an chinois Anniversaires : Nathalie P, Odile et Nathan <ul style="list-style-type: none"> ✓ Apéritif ✓ Beignets crevette sur salade ✓ Sauté de canard à l'orange ✓ Riz cantonais ✓ Panna-cotta coco/mangue Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Potage ✓ Poisson en sauce ✓ Quinoa et petits légumes ✓ Fruit Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de concombres ✓ Emincé de veau au curry ✓ Semoule et légumes ✓ Fromage blanc Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avocat aux crevettes ✓ Bavette à l'échalote ✓ Haricots verts ✓ Crème allégée
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Poisson ❖ Semoule et Julienne de légumes ❖ Yaourt nature Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Jambon de poulet à la Macédoine ❖ Salade d'endives ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mâche ❖ Steak haché de veau ❖ Poêlée campagnarde aux pommes de Terre ❖ Faisselle Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade composée ❖ Knacki ❖ Carottes Vichy ❖ Fromage allégé ❖ Salade de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Courgette farcie ❖ Salade verte ❖ Crème allégée 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Brochette de volailles ❖ Endives braisées ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Pizza ❖ Salade verte ❖ Fruit
	Lundi 28 Février	Mardi 1 ^{er} Mars	Mercredi 2 Mars	Jeudi 3 Mars	Vendredi 4 Mars	Samedi 5 Mars	Dimanche 6 Mars
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Betteraves sur salade ✓ Sauté de porc ✓ Salsifis ✓ Fromage allégé ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade d'endives aux noix ✓ Goulash ✓ Riz et tomates provençales ✓ Yaourt nature Pas de pain 	Anniversaires : Benjamin, Marc, Pascal L et Jordan <ul style="list-style-type: none"> ✓ Céleri vinaigrette ✓ Rôti de veau ✓ Gratin de blettes ✓ Bavarois aux fruits rouges Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de tomates ✓ Moules ✓ Frites et fondue de poireaux ✓ Fromage blanc Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chou rouge râpé ✓ Escalope de poulet ✓ Purée de carottes et pommes de Terre ✓ Crème Maison sans sucre Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte ✓ Rissolette de veau ✓ Poêlée de légumes ✓ Fromage allégé ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pamplemousse aux crevettes sur salade ✓ Rôti de porc ✓ Gratin de légumes ✓ Crème allégée
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Poisson ❖ Ebly et Petits légumes ❖ Yaourt nature Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Endives braisées ❖ Jambon de dinde ❖ Pomme au four 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Croissant au jambon ❖ Mâche et tomates cerise ❖ Fruit Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Frisée aux gésiers et tomates cerise ❖ Emmental ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Omelette à la provençale ❖ Salade verte ❖ Salade de fruits sans sucre 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade composée ❖ Poisson ❖ Semoule et ratatouille ❖ Yaourt nature Pas de pain 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Tarte aux poireaux ❖ Salade verte ❖ Fruit Pas de pain