

Menu santé du mois de Mars 2023

	Lundi 6 Mars	Mardi 7 Mars végétarien	Mercredi 8 Mars	Jeudi 9 Mars	Vendredi 10 Mars	Samedi 11 Mars	Dimanche 12 Mars
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de concombres ✓ Escalope de porc ✓ Purée et champignons ✓ Yaourt nature Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chou blanc râpé ✓ Œufs durs à la Florentine ✓ Chèvre ✓ Compote sans sucre 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de tomates ✓ Sauté de dinde ✓ Haricots Beurre ✓ Tarte poire-chocolat Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte ✓ Rôti de veau ✓ Poêlée campagnarde ✓ Fromage blanc Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Potage ✓ Poisson pané ✓ Carottes Vichy ✓ fromage ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Taboulé ✓ Grillade de porc ✓ Salsifis ✓ Fruit Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avocat vinaigrette ✓ Rosbeef ✓ Petits pois-carottes ✓ Crème Pas de pain
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte et tomates cerise ❖ Gratin de poissons aux petits légumes ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Quiche Lorraine ❖ Salade d'endives ❖ Fromage blanc Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte et dés d'emmental ❖ Steak hâché ❖ Ratatouille ❖ Salade de pamplemousse 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade composée ❖ Filet de poulet ❖ Brocolis ❖ Salade de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mâche ❖ Courgette farcie ❖ Riz ❖ Yaourt nature Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade de pousses de soja ❖ Steak haché de veau ❖ Endives braisées ❖ Crème vanille sans sucre 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Moussaka ❖ Salade verte ❖ fromage ❖ Fruit
	Lundi 13 Mars	Mardi 14 Mars	Mercredi 15 Mars végétarien	Jeudi 16 Mars	Vendredi 17 Mars	Samedi 18 Mars	Dimanche 19 Mars
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de tomates ✓ Filet de poulet ✓ Haricots verts ✓ Emmental ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade d'endives ✓ Sauté de porc ✓ Riz et champignons ✓ Fromage blanc Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Céleri vinaigrette ✓ Lasagne à la provençale ✓ Crème Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de concombres ✓ Steak ✓ Frites et tomates à la provençale ✓ Yaourt nature Pas de pain	<p><u>Anniversaires : Dorinda, Timothée et Fabien</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Carottes râpées ✓ Poisson ✓ Poêlée Méridionale ✓ Bavarois Framboise Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade d'endives ✓ Jambon grillé ✓ Lentilles et courgettes poêlées ✓ Yaourt nature Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Asperges sur salade ✓ Rôti de veau ✓ Choux Bruxelles ✓ Crème
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Poisson en sauce ❖ Ebly et poivrons poêlés ❖ Yaourt nature Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade de betteraves ❖ Escalope de volaille ❖ Poêlée Bretonne ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade composée ❖ Rissollette de veau ❖ Purée de carottes ❖ Fromage ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Gratin de chou-fleur et dès de jambon ❖ Salade de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Velouté ❖ Flamiche aux poireaux ❖ Mâche ❖ Faisselle Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Jambon de dinde ❖ Macédoine de légumes ❖ Fromage ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hachis Parmentier ❖ Salade verte et tomates cerise ❖ Fruit Pas de pain
	Lundi 20 Mars	Mardi 21 Mars	Mercredi 22 Mars	Jeudi 23 Mars végétarien	Vendredi 24 Mars	Samedi 25 Mars	Dimanche 26 Mars
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de tomates ✓ Grillade de porc ✓ Riz et champignons ✓ Fromage blanc Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de betteraves ✓ Rôti de bœuf ✓ Brocolis ✓ Fromage ✓ Fruit 	<p><u>Repas à thème : La montagne</u> <u>Anniversaire : Nicolas B</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Apéritif ✓ Tartiflette ✓ Salade verte et jambon de Savoie ✓ Tarte aux myrtilles 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Céleri vinaigrette ✓ Parmentier de patates douces et pois cassés ✓ Faisselle Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte et cœurs de Palmiers ✓ Poisson pané ✓ Quinoa et petits légumes ✓ Fruit Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade d'endives ✓ Rôti de dinde ✓ Poêlée 4 légumes ✓ Salade d'ananas 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dimanche Familles
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ poisson ❖ Jardinière de légumes ❖ Compote 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade composée ❖ Escalope de dinde ❖ Poêlée campagnarde ❖ Faisselle Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Chou râpé ❖ Steak de veau ❖ Endives braisée ❖ Yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mâche ❖ Jambon grillé ❖ Haricots Beurre ❖ Fromage ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Omelette à la provençale ❖ Mâche ❖ Yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade de tomates ❖ Poisson ❖ Ebly et poivrons ❖ Fromage blanc Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Potage ❖ Quiche Lorraine ❖ Salade verte ❖ Fruit Pas de pain
	Lundi 27 Mars	Mardi 28 Mars	Mercredi 29 Mars	Jeudi 30 Mars	Vendredi 31 Mars végétarien	Samedi 1 ^{er} Avril	Dimanche 2 Avril
Midi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade d'endives ✓ Escalope de veau ✓ Semoule et ratatouille ✓ Crème vanille Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Céleri vinaigrette ✓ Goulash de boeuf ✓ Haricots verts ✓ Fromage ✓ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de concombres ✓ Moules ✓ Frites et fondue de poireaux ✓ Yaourt nature Pas de pain	<p><u>Anniversaires : Julien P, Romain S et Seibann</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade Caleslaw ✓ Filet de poulet ✓ Poêlée Méridionale ✓ Tiramisu Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade verte et pousses de soja ✓ Ravioles de Ricotta et épinards ✓ Faisselle Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salade de betteraves ✓ Sauté de porc ✓ Riz et champignons ✓ Fruit Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pêche au thon sur salade ✓ Gigot d'agneau ✓ Poêlée du Marché ✓ Crème
Soir	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mâche ❖ Poisson ❖ Chou-fleur persillé ❖ Salade de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte ❖ Tartine tomates, chèvre et aubergines ❖ Fromage blanc Pas de pain	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade verte et tomates cerise ❖ Gratin d'endives au jambon ❖ Salade d'oranges 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade de tomates ❖ Escalope ❖ Ratatouille ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Poivron farci ❖ Mâche ❖ Fromage ❖ Fruit 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salade d'endives ❖ Filet de poulet ❖ Courgettes poêlées ❖ Yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Lasagne Bolognaise ❖ Salade verte ❖ fromage ❖ Salade de fruits Pas de pain