



|                             | Lundi  | Mardi                                       | Mercredi                                  | Jeudi                                      | Vendredi                                       |
|-----------------------------|--|---|---|--|--|
| <b>Entrée</b>               | Gaspacho tomate basilic  | Dips tomates cerises (3,7,10)               | Concombre au yaourt (3,7,10)              | Salade de pommes de terre (3,7,10,12)      | Potage de céleri (7,9,12)                      |
| <b>Plat du jour</b>         | Mac and cheese (1blé,3,7)  | Wrap poulet (1blé,3,7)                      | Lieu à la tapenade d'olive (3,4,7)        | Rôti de porc aux abricots (1blé,6,7)       | Aiguillette de poulet sauce citron (1blé,7,12) |
|                             | Penne bolognaise de quorn (1blé,3)                                   | Brandade de lieu (4,7,12)                   | Wok de poulet aigre doux (6,9,11,12)      | Anneaux de calamars à la provençale (9,14) | Crêpinette de porc sauce échalotte (1blé,6,7)  |
| <b>Plat végétarien</b>      | Gratin de pommes de terre et légumes à la provençale (1blé,3,7,9,12) | Brandade de quorn (1blé,3,7,12)             | Wok de tofu et petits légumes (6,9,11,12) | Aubergine parmesane (3,7)                  | Galette de soja sauce tomate (1blé,6)          |
| <b>Féculents et légumes</b> | Penne (1blé)   | Purée de pomme de terre (7,12)              | Riz                                       | Gnocchis (1blé)                            | Blé à la tomate (1blé)                         |
|                             | Pois chiche aux épices   | Orge perlé (1orge)                          | Nouilles (1blé,3)                         | Haricots blanc à l'ail                     | Polenta (7)                                    |
|                             | Salade verte (3,10)  | Poêlée de légumes (6,9)                     | Ratatouille (9)                           | Carottes à l'aneth                         | Mais grillé                                    |
|                             | Haricots beurre  | Blettes gratinées (7)                       | Endives braisées                          | Chou-fleur                                 | Fenouil au cumin                               |
| <b>Desserts</b>             | Yaourt nature sucré (7)  | Fruit de saison                             | Pasteis de nata (1blé,3,7)                | Compote                                    | Kiri (7)                                       |
| <b>Goûter périscolaire</b>  | Fruit de saison et boudoirs (1blé,3,7)                               | Gâteau yaourt et pépites choco (1blé,3,6,7) | Yaourt à boire et petit beurre (1blé,3,7) | Baguette et fromage frais (1blé,7,11)      | Pain au lait et confiture (1blé,3,7)           |

Les produits de l'agriculture biologique

MSC-C-54759-3 Les produits de la mer suivis de ce signe proviennent d'une pêche durable selon le référentiel MSC. [www.msc.org/fr](http://www.msc.org/fr)














Porc de marque nationale Grand-Duché de Luxembourg

Les produits issus du commerce équitable












Les recettes Sou Schmaacht Lëtzebuerg

Les présents menus respectent les dispositions légales en matière d'allergènes alimentaires, conformément au règlement de l'Union Européenne 1169/2011. 1=gluten, 2=crustacés, 3=œufs, 4=poisson, 5=arachide, 6=soja, 7=lait, 8=fruits à coques, 9=céleri, 10=moutarde, 11=sésame, 12=sulfites, 13=lupin, 14=mollusques. L'information sur la présence d'allergènes tient compte des données récoltées pour chacun des ingrédients intégrés dans nos recettes. Malgré tout, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'autres allergènes que ceux indiqués.















|                             | Lundi  | Mardi   | Mercredi   | Jeudi  | Vendredi  |
|-----------------------------|--|---|--|--|---|
| <b>Entrée</b>               | Betterave (3,10)   | Carottes râpées au citron (12)  | Bouillon de vermicelles (1blé)   | Salade de riz (3,10)   | Velouté courgette, Kiri (7,12)  |
| <b>Plat du jour</b>         | Ragout de dinde à la tomate                         | Coquillettes jambon mozzarella (1blé,3,7)  | Fish stick de colin (1blé,3,4,7)  | Currywurst (3,6,9,10)     | Cuisse de poulet au citron (7,12)  |
|                             | Escalope de porc pané sauce champignons (1blé,3,7)  | Sauce thon et olives noires (4,9)   | Nuggets de poulet (1blé)   | Bœuf carottes (1blé,6,7)  | Filet de merlu sauce pesto (4)  |
| <b>Plat végétarien</b>      | Chakchouka d'aubergines aux œufs (3,9)   | Gratin de coquillettes à la provençale (1blé,3,7,9)   | Nuggets végé (1blé)  | Currywurst de légumes (1blé,3,6,9,10)  | Cannelloni ricotta épinards (1blé,3,7)  |
| <b>Féculents et légumes</b> | Semoule (1blé)                                      | Coquillettes (1blé)                        | Riz                               | Purée de patate douce (7)  | Pommes de terre rôties (12)        |
|                             | Mix céréales (1blé)  | Spaghetti (1blé)                           | Lentilles  | Boulgour (1blé)  | Quinoa                             |
|                             | Petits pois  | Courgettes grillées   | Haricots verts   | Tomates provençales (1blé,3)   | Brocolis  |
|                             | Oignons confits  | Champignons à la crème (7)  | Céleri (9)   | Épinards à l'ail   | Julienne de légumes (9)   |
| <b>Desserts</b>             | Fruit de saison  | Petits suisses aux fruits (7)   | Fruit de saison  | Glace à l'eau  | Crème dessert vanille (7)   |
| <b>Goûter périscolaire</b>  | Pain aux céréales et babybel (1blé,7,11)   | Compote à boire et biscuit rose (1blé,3,7)  | Cake citron (1blé,3,7,12)  | Kiri et pain de campagne (1blé,7)  | Fruit de saison et Rem (1blé,3,7)   |



|                             | Lundi   | Mardi  | Mercredi  | Jeudi  | Vendredi  |
|-----------------------------|---|--|---|--|---|
| <b>Entrée</b>               | Concombre et féta (7)   | Taboulé (1blé,3,7,9,12)  | Soupe de légumes (7,9,12)   | Gaspacho tomate, melon   | Velouté de carottes (7,12)  |
| <b>Plat du jour</b>         | Tajine de poulet (1blé,6,7,9,12)           | Paupiette de veau (1blé,6,7)              | Saucisse de volaille et ketchup   | Lasagne de bœuf (1blé,3,7,9)  | Tasty crouty de poulet (1blé,3,7)   |
|                             | Filet de hoky curry et lait de coco (4,7)  | Jambon grillé sauce moutarde (1blé,7,10)  | Gyros de porc  | Lasagne saumon épinards (1blé,3,4,7,9)   | Calamars à la romaine (1blé,3,14)   |
| <b>Plat végétarien</b>      | Curry de lentilles et pois chiche (7)   | Poivrons farcis quinoa et féta (1blé,3,7)  | Saucisse végétal et ketchup (3,6,9)   | Lasagne de légumes (1blé,3,7,9)  | Tofu crispy sauce aigre douce (1blé,3,6,7)  |
| <b>Féculents et légumes</b> | Semoule (1blé)                             | Fusilli (1blé)                            | Pommes sautées  | -  | Riz  |
|                             | Pommes grenaille                           | Blé (1blé)   | Pois cassé  | -  | Macaroni (1blé)   |
|                             | Légumes couscous (9)  | Chou-fleur   | Duo d'haricots  | Salade verte                  | Petits pois, carottes   |
|                             | Chou de chine au pavot  | Pois mange tout  | Poivrons grillés  | Poêlée de légumes (6,9)  | Radis au curcuma  |
| <b>Desserts</b>             | Yaourt aux fruits (7)   | Smoothie tutti frutti  | Profiteroles (1blé,3,6,7)   | Fromage blanc vanille (7)  | Compote   |
| <b>Goûter périscolaire</b>  | Compote à boire et spéculoos (1blé)   | Tartine confiture (1blé,11)  | Fruit de saison et palmier (1blé,3,7)   | Crêpes au sucre (1blé,3,7)   | Wrap au kiri (1blé,7)   |

|                             | Lundi   | Mardi | Mercredi  | Jeudi   | Vendredi  |
|-----------------------------|---|-------|---|---|---|
| <b>Entrée</b>               | Gaspacho concombre basilic  | /     | Minestrone (1blé,9)   | Œufs mimosa (3,10)  | Tomate et maïs (3,10)   |
| <b>Plat du jour</b>         | Émincé de porc au miel et Épices (1blé,6,7)  | /     | Bouchée à la reine (1blé,3,7,9)  | Mettwurst sauce ketchup  | Carbonnade flamande (1blé,6,7,10)  |
|                             | Roulade de sole beurre blanc (1blé,4,7)      | /     | Croque monsieur dinde, cheddar (1blé,3,7)   | Quiche courgette et chèvre (1blé,3,7,9)   | Lieu noir à la tomate (4)          |
| <b>Plat végétarien</b>      | Boulettes de légumes sauce tomate (1blé,3,6,9)  | /     | Veggie bouchée de quorn (1blé,3,6,7,9)  | Omelette du Chef (3,7)  | Blanquette de tofu (1blé,6,7,9)   |
| <b>Féculents et légumes</b> | Riz    | /     | Frites  | Pommes vapeur   | Coude (1blé)                       |
|                             | Nouilles (1blé,3)   | /     | Polenta (7)   | Blé (1blé)  | Quinoa                             |
|                             | Haricots verts  | /     | Carottes aux herbes fraîches     | Salade verte (3,10)      | Fenouil braisé  |
|                             | Maïs au paprika   | /     | Chou frisé  | Poireaux à la crème (7)   | Piperade  |
| <b>Desserts</b>             | Flan caramel (3,7)  | /     | Petits suisses aux fruits (7)   | Babybel (7)   | Fruit de saison   |
| <b>Goûter périscolaire</b>  | Banana Bread (1blé,3,6,7)   | /     | Fruit de saison et madeleine (1blé,3,6,7)   | Gâteau d'anniversaire (1blé,3,6,7)  | Pain complet et gouda (1blé,7)  |

|                             | Lundi   | Mardi  | Mercredi  | Jeudi                                 | Vendredi  |
|-----------------------------|---|--|---|---------------------------------------|---|
| <b>Entrée</b>               | Bouillon de vermicelles (1blé)  | Mini wrap crudités fromage frais (1blé,3,7)  | Velouté de courgettes (7,12)  | Salade de chou blanc (3,10)           | Gaspacho pastèque féta (7)  |
| <b>Plat du jour</b>         | Couscous poulet (1blé,6,9,10)  | Sauté de dinde au curry (1blé,7)  | Escalope de porc à la tomate         | Tortellini de bœuf (1blé,3,7)         | Chicken Burger (1blé,3,7,11)  |
|                             | Tajine de fruits de mer (1blé,2,4,7,9,12,14)  | Sauce carbonara (1blé,7)          | Dos de lieu sauce aurore (1blé,4,7)  | Ravioli au poulet (1blé,3,7,10)       | Filet Fish Burger (1blé,3,4,7,11)   |
| <b>Plat végétarien</b>      | Couscous abricots et tofu (1blé,6,9,12)   | Clafoutis provençale (1blé,3,7)  | Risotto aux champignons (3,7,9)   | Tortellini ricotta épinard (1blé,3,7) | Veggie Burger (1blé,3,6,7,9,11)   |
| <b>Féculents et légumes</b> | Semoule (1blé)                 | Penne (1blé)                      | Riz à la tomate                      | -                                     | Potatoes  |
|                             | Pommes boulangères             | Lentilles  | Coquille (1blé)                      | -                                     | -   |
|                             | Légumes couscous (9)  | Pois gourmand  | Poêlée de légumes (6,9)   | Courgettes                            | Salade mixte (3,10)  |
|                             | Petits pois   | Mélange mexicain   | Chou-fleur  | Navet au miel                         | Aubergines grillées   |
| <b>Desserts</b>             | Fruit de saison   | Yaourt nature sucré (7)  | Fruit de saison   | Crème vanille (7)                     | Glace à l'eau   |
| <b>Goûter périscolaire</b>  | Baurebrout et confiture (1blé)  | Quatre quart (1blé,3,7)  | Baguette et fromage frais (1blé,7,11)   | Gâteau d'anniversaire (1blé,3,6,7)    | Fruit de saison et boudoirs (1blé,3,7)  |

 Les produits de l'agriculture biologique



MSC-C-54759-3 Les produits de la mer suivis de ce signe proviennent d'une pêche durable selon le référentiel MSC. [www.msc.org/fr](http://www.msc.org/fr)



Porc de marque nationale Grand-Duché de Luxembourg



Les produits issus du commerce équitable



Les recettes Sou Schmaacht Lëtzebuerg