

Menu de la semaine du 14 au 18 janvier 2019

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|--|--------------------------------------|---|---|--|---|
| Tous les jours des dips de légumes avec sauce au fromage blanc Luxlait | | | | | |
| Entrée du jour | Crème de potiron 7 | Soupe à la tomate | Salade composée 3,10 et fromage 7 | Céleri rémoulade 3,9,10 | Velouté de petits pois |
| Plat du jour | Boeuf carottes 1,6,7,9 Farfalle 1 | Cabillaud sauce meunière 1,4,7,9 Semoule 1 Fondue de poireaux 7 | Rôti de dinde à la sauce 1,6,7,9 Pomme terre de grenailles Haricots verts | Calamar à la romaine et sauce tomate 1,14 Riz pilaf Chou fleur | Tarte potiron lardon et noix 1,3,7,8 Salade verte 3,10 |
| Dessert | Yaourt aux fruits 7 | Poire | Compote pomme banane | Ananas | Muffin 1,3,6,7 |

VALEUR ENERGETIQUE

| |
|--|
| *Pour 150mL de potage : - de légumes 60kcal - de légumineuse ou de pomme de terre 100kcal si ajout de crème : + 15kcal |
| *Pour 70g d'entrée assaisonnée : 50kcal |
| *Pour 70g de plat protidique : - volaille 90kcal - poisson 70kcal - boeuf ou porc 100kcal - sauce 15kcal - tarte/pizza : 200kcal - friture : 160kcal |
| *Pour 120g de féculent : 140kcal |
| *Pour 80g de légume : 50kcal |
| *Pour 100g de fruits : 50kcal *Pour 125g de dessert laitier : 110kcal *Pour 50g de pâtisserie : 160kcal |

Tous les jours des fruits frais sont proposés

1=gluten, 2=crustacés, 3=œuf, 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.
 Les produits utilisés sont garantis sans OGM et non ionisés.

Bon Appétit !

Nos engagements produits

Un bon repas c'est un plateau avec 4 couleurs !

- Produits laitiers
- Légumes & fruits
- Produits céréaliers, féculents et légumes secs
- Viandes, poissons et œufs