

Menu de la semaine du 21 au 25 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 chou fleur 7	Salade d'endive 3,10	Salade verte 3,10 et fromage 7	Velouté de pois cassés	Taboulé et petits légumes 1,3,9,10
Plat du jour	Gyros 1,7,10 + sauce blanche + pain Pommes de terre rôties Tomate provençale 1,9	Boulette de bœuf sauce tomate Speatzle 1,3 Petits pois	Saumon grillé sauce tartare 3,4,7,10 Riz Haricots beurre	Emincé de porc sauce charcutière 1,6,7,9 Macaronis 1 Brocolis	Pilon de poulet 1,6,7,9 Gratin dauphinois 7 Carottes
Dessert	Flan caramel 3,7	Pomme	Cookie 1,3,6,7	Smoothie banane orange	Yaourt sucré 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 gras 170kcal - bœuf ou porc 100kcal - sauce 15kcal Pour 120g de féculent : 140kcal Pour 80g de légume : 50kcal
*Pour 100g de fruits : 50kcal *Pour 125g de produit laitier : 110kcal *Pour 50g de pâtisserie : 160kcal

Tous les jours des fruits frais sont proposés

Bon Appétit !

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.

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