

Menu de la semaine du 04 au 08 mars 2019

	LUNDI	MARDI Carnaval	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	VALEUR ENERGETIQUE
Potage	Consommé vermicelles 1,9	Soupe aux oignons 9	Potage choisy	Soupe de champignons	Crème de carottes 7	Pour 200mL de potage : - de légumes 75kcal - de légumineuse ou de pomme - de terre 150kcal si ajout de crème : + 15kcal
Entrée	Salad'bar avec salades composées et crudités dont 1 bio (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12)					
Plat froid	2 assiettes froides par jour					
Plat du jour	Roulade de bœuf 1,6,7,9	Grillwurst 10	Fricassé de dinde au romarin 1,6,7,9	Emincé de bœuf au poivre 1,6,7,9	Lieu noir à la tapenade 1,4,12	*Pour 120g de plat protidique : - volaille 150kcal - poisson 120kcal - bœuf ou porc 170kcal - sauce 15kcal *Pour les plats complet - Pasta 200g : 250kcal - tarte/pizza : 270kcal
Show cooking	Pasta Nouille aux crevettes 1,2,7	Wok Wok de poulet et noix cajou 1,6,7,8,9	Cuisine du monde Bœuf laqué au miel 1,6,7,9	Cocotte Brandade de poisson 4,7	Tarte Flammenkuche 1,6,7	
Plat végétarien	Clafoutis aux brocolis 1,3,7	Saucisse de quorn 1,3,7	Brie en croute 1,3,7	Tempura de légumes 1,3,7	Curry de légumes et lentilles 7,9,12	Pour 120g de plat végétarien : - protéine végétale (quorn) : 200kcal - légumes et féculent 220kcal - feuilleté/friture : 270kcal
Buffet féculents et légumes	Nouille 1 Riz pilaf Soja au pavot 6 Haricots verts	Penne 1 Boulgour 1 Chou fleur aux herbes Navets glacés	Pomme de terre au four Haricots blanc à la tomate Céleri braisé 9 Epinard à la crème 7	Semoule 1 Riz Chou rouge Flan de potiron 1,3,7	Tagliatelle 1 Purée de pomme de terre 7 Poireaux étuvés Fenouil	Pour 170g de féculent : 200kcal Pour 100g de légumes : 50kcal
Desserts	Fruit'bar de fruits coupés de saison ou compote du jour - Produits laitiers dont 1 bio (1, 3, 6, 7)					
	Beignet au sucre 1,3,7 et/ou Jalousie aux pommes 1,3,7					
	Semoule au lait 1,6,7	Poire pochée aux épices	Mousse chocolat 1,3,6,7	Smoothie mangue ananas	Meringue amande 3,8	Pour 150g de fruit : 75kcal Pour 80g de pâtisserie : 250kcal Pour 120g de dessert : 150kcal

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=mallusques
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.

Vos repères nutritionnels

- Brain
- Move
- Refresh
- New

Nos engagements produits