

Menu de la Semaine du 11 au 15 mars

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	Tous les jours des dips de légumes avec sauce au fromage blanc Luxlait				
Entrée du jour	Soupe de maïs	Oeuf mimosa 3,7,10	Salade de verte 3,7,10 et fromage 7	Velouté de potiron	Duo de chou 3,7,10
Plat du jour	Blanc de poulet mariné grillé 1,6,7,9 Fusilli 1 Brocolis	Boeuf carottes 1,6,7,9 Mélange de céréale 1 Haricots beurre	Emincé de porc sauce au curry 1,6,7,9,12 Macaronis 1 Petits pois	Filet de merlu au citron et sauce tartare 1,3,4,7,10 Riz Julienne de légumes 9	Kebab + ketchup 1,6,7,9 Wedges Carottes vichy
Dessert	Crème dessert vanille 7	Poire	Yaourt aux fruits 7	Banane au chocolat 6,7	Ananas

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 protéique : - volaille 90kcal - poisson 70kcal - bœuf ou porc 100kcal - sauce 15kcal
*Pour 120g de féculent : 140kcal *Pour 80g de légume : 50kcal
*Pour 100g de fruits : 50kcal *Pour 125g de dessert laitier : 110kcal

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