

	Lundi midi	Mardi midi	Mercredi midi	Jeudi midi	Vendredi midi
Entrée	Concombres vinaigrette	Poireau vinaigrette	Lentilles à la vinaigrette échalote	Carottes râpées au citron	Crêpe aux champignons (100g)
Plat	Boeuf aux carottes (préparé le dimanche)	Poisson grillé (ou au micro-ondes) Riz basmati (10mn cuisson)	Steak haché Haricots verts	Escalope de poulet + jus Pâtes	Omelette et Salade verte
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage blanc (100g)	Fromage
Dessert	Crêpes au sucre (on peut les faire la veille)	Clémentines (X2)	Salade d'oranges ou Orange	à la compote (100g)	Fruit frais (Kiwi X2)



	Lundi soir	Mardi soir	Mercredi soir	Jeudi soir	Vendredi soir
Entrée	Coeurs de palmiers	Potage poireau/carotte (avec restes de poireau)	Potage potimarron curry et ail	Taboulé	Potage de légumes (sans pomme de terre)
Plat	Boeuf (restes du déjeuner) Purée de brocolis avec 50% de pommes de terre Salade verte	Jambon blanc Salade	Salade de pommes de terre au thon + salade verte	Tajine de poulet aux courgettes	Tagliatelles au saumon fumé et Salade verte
Fromage	Fromage blanc aux cubes de poire fraîche	Semoule au lait	Laitage (à ne pas confondre avec une crème dessert)	Fromage Salade verte	Laitage
Dessert				Pomme cuite à la cannelle	

