




PLANNING DES MENUS MOIS DE JANVIER 2024

(Ce menu est établi à titre indicatif, néanmoins des modifications peuvent intervenir en fonction des approvisionnements).

**B
O
N
N
E
A
N
N
E
B
O
N
N
E
S
A
N
T
E**

	Lundi 08	Mardi 09	Jeudi 11	Vendredi 12
Du 08 au 12	Soupe à l'oignon Curry de giraumon Riz Fruit frais : kiwi	Salade de carotte Poisson sauce câpres Pomme de terre Glace	Salade de concombre Poulet au four Petits pois Vermicelle au lait	Salade de carotte Court bouillon de poisson Igname Mousse au chocolat
	Lundi 15	Mardi 16	Jeudi 18	Vendredi 19
Du 15 au 19	Taboulé Œufs au four Haricots verts Petits filous/fruit frais	Soupe verte Ravioles speck Fruit frais : banane	Laitue / fromage Bœuf aux olives Riz au giraumon Compote fraîche	Quiche Lorraine Poisson cuit à la ratatouille Purée de choux fleur Fruit frais : raisins
	Lundi 22	Mardi 23	Jeudi 25	Vendredi 26
Du 22 au 26	Crudités Flan aux champignons Pâte Crème dessert	Salade variée / dés de fromage Rôti de veau Purée de papaye Pâtisserie	Maïs / carotte à la vinaigrette Pané au fromage Pois cassé Fruit frais : pastèque	Salade de tomate Poisson au four Dachine Glace
	Lundi 29	Mardi 30	 	
Du 29 au 30	Laitue/fromage Salade de blé aux légumes mexicain Compote fraîche	Feuilleté au fromage Morue marinée Purée de lentilles panachée Fruit frais		



Légende :

Légumes et fruits crus/ légumes et fruits cuits : Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres.

Viandes, poissons, œufs : Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer.

Féculents : Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres.

Produits laitiers : Source de protéines, calcium, vitamines.

Produits sucrés : Source de plaisir

Produit gras : Source d'apport d'acides gras