



PLANNING DES MENUS MOIS DE SEPT / OCT 2021

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

SEMAINE DU 27 au 30 SEPT Le 01 OCT		Lundi 27	Taboulé au thon Yaourt	Mardi 28	Salade de carotte Béchamel de morue Pomme de terre Fruit au sirop	Judi 30	Mais à la vinaigrette Poulet Carotte Vichy Fruit frais	Vendredi 01	Salade de concombre Court-bouillon de poisson Igname Crème dessert
SEMAINE DU 04 AU 08		Lundi 04	Laitue / mortadelle Omelette aux champignons Purée de giraumon Des d'ananas	Mardi 05	Soupe à l'oignon Lapin aux olives Gratin de pâte Fruit frais	Judi 06	Salade de choux vert Rôti de veau aux pruneaux Riz florentine Yaourt vanille	Vendredi 07	Velouté de courgette + fromage Poisson pané Petits pois à la tomate et au basilic Fruit frais
SEMAINE DU 11 AU 15		Lundi 11	Betterave + chiffonnade de laitue Steak de volaille aux hachis de tomate et poivrons Haricot blanc Yaourt aromatisé	Mardi 12	Salade de tomate Fricassé d'agneau Purée de papaye Gâteau sec	Judi 14	Piperade Paupiette de veau Pois cassé Fruit frais : banane	Vendredi 15	Laitue / fromage Couscous de poisson Petits filous
SEMAINE DU 18 AU 22		Lundi 18	Salade de carotte / sardine Bolognaise de légumes + emmental râpé Compote fraîche	Mardi 19	Feuilleté au fromage Morue à la ratatouille Riz créole Fruit frais	Judi 21	Mais + tomates en dés Fricassé de poulet Purée de brocolis Pâtisserie	Vendredi 22	Fromage / choux chinois Steak haché aux champignons Polenzia Fruit frais

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

*Bahr el Jebel
Appétit!*

