

Menu du
7 juin 2021
au
13 juin 2021



Gourmand



Saison



Inspiration
du chef

Lundi

Déjeuner

Rémoulade de radis roses
Filet de colin d'Alaska, jus carotte
Carottes persillées
Blé pilaf
fromage ou laitage
Fruit de saison

Goûter

Smoothie framboise, banane
et jus d'ananas

Dîner

Soupe de légumes
Escalope de dinde à la crème
Poêlée de légumes
Fromage ou laitage
Semoule saveur vanille

Mardi

Déjeuner

Œuf dur mimosa
Risotto aux petits pois, cheddar et citron
Fromage ou laitage
Cake patate douce coco citron vert

Goûter

Fruit de saison

Dîner

Haricots verts à l'échalote
Lasagnes bolognaise
Fromage ou laitage
Fruit de saison

Mercredi

Déjeuner

Betteraves à la vinaigrette persillée
Steak haché
frites
Fromage ou laitage
Fruit de saison

Goûter

Yaourt aux fruits

Dîner

salade verte
pizza
Fromage ou laitage
Banane rôtie à la cassonade

Jeudi

Déjeuner Inspirations du chef

Houmous de pois chiches et son toast
Tajine de poulet aux dattes
Légumes façon tajine
Semoule de blé
Fromage ou laitage
Pomme rôtie à la fleur d'oranger

Goûter

Cookie aux pépites de chocolat

Dîner

Soupe de légumes
Steak haché de bœuf poêlé
Purée lentilles corail et carottes
Fromage ou laitage
Fruit de saison

Vendredi

Déjeuner

Terrine de légumes vinaigrette
Beignets de calamars
et quartier de citron
Riz pilaf à la tomate + Salade
Fromage ou laitage
Salade de fruits frais

Goûter

Yaourt aromatisé

Dîner

Salade de pommes de terre à l'échalote
Œufs durs à la florentine
Fromage ou laitage
Mousse au café

Samedi

Déjeuner

Salade batavia à l'emmental
Parmentier aux carottes et bœuf
Fromage ou laitage
Crème vanillée aux saveurs
d'un banana split

Goûter

Fromage blanc au miel
et aux framboises

Dîner

Soupe de légumes
Penne rigate à la carbonara
à partager
Fromage ou laitage
smoothie

Dimanche

Déjeuner

Légumes printaniers en salade
(haricots, asperge, fève, carotte)
Carré de porc rôti, jus tradition
Haricots beurre
Lentilles vertes
Fromage ou laitage
Tarte fine pomme rhubarbe

Goûter

Fruit de saison

Dîner

Salade Iceberg
et crevettes sauce cocktail
Quiche aux trois fromages
Fromage ou laitage
Compote trois fruits