



Menus automne-hiver 2015

	Midi	Soir
Lundi		
<i>Proposition</i>	Carottes rapées ou coleslaw + pâtes fourrées (ravioli, capelleti ou canelloni) avec sauce tomate + fruit de saison	Oeuf cocotte/œuf au plat/omelette + légume de saison (courge/poireau/chou/champignons) + yaourt
<i>Choix</i>		
Mardi		
<i>Proposition</i>	Steack végétarien + purée (pomme de terre/carottes/patates douces) + fruit de saison	Soupe de légumes + riz au lait/semoule au lait
<i>Choix</i>		
Mercredi		
<i>Proposition</i>	Poisson/crustacés en sauce + spaghetti/tagliatelles/nouilles + fruit de saison	Croque-monsieur/bruschetta/burger + salade + dessert lacté
<i>Choix</i>		
Jeudi		
<i>Proposition</i>	Viande blanche grillée/en sauce + pommes de terres rissolées/écrasé de pommes de terre/pommes de terre vapeur/galette de pomme de terre + fruit de saison	Soupe de légumes + fromage + compote de fruits
<i>Choix</i>		
Vendredi		
<i>Proposition</i>	Betterave/chou rouge + poisson/crustacés + riz/semoule/boullghour/quinoa + chou vert/blettes/poireau/brocolis + fruit de saison	Légumes farcis/gratin de légumes + yaourt au miel/confiture/sucre
<i>Choix</i>		
Samedi		
<i>Proposition</i>	Lasagnes (bolognaise/au saumon/aux légumes) + fruit de saison	Quiche/pizza/bricks/chaussons + salade verte + compote de fruits
<i>Choix</i>		
Dimanche		
<i>Proposition</i>	Plat mijoté (daube/Blanquette/couscous) ou grillé (raclette/tartiflette/croziflette) + salade + fruit de saison	Restes de la semaine
<i>Choix</i>		