



# LES MENUS



**Semaine du 5 au 9 septembre 2022**

Les plats principaux sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne diplômée. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

## Menu principal

## Variante végétarienne

**LUNDI**



Escalope de poulet pané,  
citron  
Ebly  
Fèves et carottes  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : séré aux pommes

Omelette au Gruyère  
Ebly  
Fèves et carottes  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : séré aux pommes

**MARDI**



Rôti de veau et de porc  
haché, jus de viande  
Spirales complètes  
Tomate au four aux fines  
herbes  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : crème dessert

Escalope végétarienne à la  
tomate  
Spirales complètes  
Tomate au four aux fines  
herbes  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : crème dessert

**MERCREDI**



Paëlla végétarienne  
(riz safrané, petits pois,  
tomates, poivrons, fèves)  
Salade verte et Féta  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : semoule à la  
cannelle

Paëlla végétarienne  
(riz safrané, petits pois,  
tomates, poivrons, fèves)  
Salade verte et Féta  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : semoule à la  
cannelle

**JEUDI**



Tortelloni rossi aux 4 fromages,  
sauce tomate et Grana  
Padano  
Salade de concombre  
jardinière  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter :  
Pain complet aux fruits secs

Tortelloni rossi aux 4 fromages,  
sauce tomate et Grana  
Padano  
Salade de concombre  
jardinière  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter :  
Pain complet aux fruits secs

**VENDREDI**



Emincé de bœuf à l'échalote  
Gratin de pommes de terre  
Jardinière de légumes  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : pain et Vache qui rit

Emincé de Tofu aux poireaux  
Gratin de pommes de terre  
Jardinière de légumes  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : pain et Vache qui rit

# LES MENUS



**Semaine du 12 au 16 septembre 2022**

Les plats principaux sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne diplômée. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

## Menu principal

## Variante végétarienne

**LUNDI**



Vol-au-vent (volaille, quenelle de veau et porc, champignons de Paris)  
Riz  
Epinards étuvés  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : pain et Emmenthal

Vol-au-vent (Tofu, champignons de Paris)  
Riz  
Epinards étuvés  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : pain et Emmenthal

**MARDI**



Lasagne bolognaise de Tofu  
Salade de courgettes provençale  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : Dip's de légumes sauce au séré

Lasagne bolognaise de Tofu  
Salade de courgettes provençale  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : Dip's de légumes sauce au séré

**MERCREDI**



Ragoût de cuisse de dinde au thym, pâtes  
Carottes Vichy  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : pain et Kiri

Médaille au fromage et chou-fleur, pâtes  
Carottes Vichy  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Goûter : pain et Kiri

**JEUDI**



Emincé de porc à l'estragon  
Polenta  
Haricots Coco  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Yaourt nature et céréales

Galette de Quinoa et haricots rouges  
Polenta  
Haricots Coco  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Yaourt nature et céréales

**VENDREDI**



Potage à l'orge perlé et légumes  
Quiche au fromage  
Salade verte  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Crème caramel

Potage à l'orge perlé et légumes  
Quiche au fromage  
Salade verte  
\*\*\*  
Fruit  
\*\*\*  
Crème caramel

# LES MENUS



**Semaine du 19 au 23 septembre 2022**

Les plats principaux sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne diplômée. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

## Menu principal

## Variante végétarienne

**LUNDI**



Bahmi végétarien (omelette, nouillettes, germes de soja, champignons Pak-Choi, oignons, tomate, sauce soja)  
Salade de légumes râpés  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Blanc battu aux poires

Bahmi végétarien (omelette, nouillettes, germes de soja, champignons Pak-Choi, oignons, tomate, sauce soja)  
Salade de légumes râpés  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Blanc battu aux poires

**MARDI**



Choucroute et haricots verts  
Saucisse de Vienne 100% volaille, moutarde  
Pommes de terre nature  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Pain et Tilsit

Potée de lentilles aux légumes et pommes de terre nature  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Pain et Tilsit

**MERCREDI**



Escalope de poulet sautée, sauce brune  
Semoule de blé  
Macédoine de légumes  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : roulade salée aux herbes et fromage frais maison

Escalope de Quorn  
Semoule de blé  
Macédoine de légumes  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Roulade salée aux herbes et fromage frais maison

**JEUDI**



Dos de cabillaud à la bordelaise  
Orgeotto  
Tombé de laitue  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : pain et Six de Savoie

Dos de cabillaud à la bordelaise  
Orgeotto  
Tombé de laitue  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : pain et Six de Savoie

**VENDREDI**



Rösti fribourgeois aux légumes (Julienne de légumes, Vacherin Fribourgeois)  
Salade de tomates  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : yaourt aux fruits

Rösti fribourgeois aux légumes (Julienne de légumes, Vacherin Fribourgeois)  
Salade de tomates  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : yaourt aux fruits

# LES MENUS



**Semaine du 26 au 30 septembre 2022**

Les plats principaux sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne diplômée. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

## Menu principal

## Variante végétarienne

**LUNDI**



Piccata de dinde maison  
au four , pâtes  
Petits pois, paysanne de  
légumes  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : crème dessert

Escalope végétarienne au  
fromage et épinards, pâtes  
Petits pois, paysanne de  
légumes  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : crème dessert

**MARDI**



Raviolini ratatouille  
(aubergines, poivrons,  
courgettes, oignons), sauce  
tomate, Grana Padano  
Salade verte et dés de  
Mozzarella  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : bircher

Raviolini ratatouille  
(aubergines, poivrons,  
courgettes, oignons), sauce  
tomate, Grana Padano  
Salade verte et dés de  
Mozzarella  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : bircher

**MERCREDI**



Papet de poireaux et pommes  
de terre, jambon d'épaule  
Tzigane au four  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : pain et Gottéron

Papet de poireaux et pommes  
de terre aux cubes de Tofu  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : pain et Gottéron

**JEUDI**



Potage cultivateur  
Gâteau à la courge, carottes  
et Gruyère  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Barre de céréales sans sucre,  
coulis de fruits

Potage cultivateur  
Gâteau à la courge, carottes  
et Gruyère  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Barre de céréales sans sucre,  
coulis de fruits

**VENDREDI**



Bœuf bouilli  
Pommes de terre fermière  
Haricots verts étuvés  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : pain et Vacherin

Omelette aux fines herbes  
Pommes de terre fermière  
Haricots verts étuvés  
\*\*\*

Fruit  
\*\*\*

Goûter : pain et Vacherin