

MENUS



Semaine du 10 au 16 janvier

<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>
Salade de concombres (CH) aux légumes (courgettes, carottes et petits	Salade iceberg et œuf (CH) Sauce tomates au tofu	Carottes râpées Saumon en sauce	Salade russe Emincée de porc (CH) au paprika
Yaourt aux fruits rouges	Pâtes Compote de pommes et poires	Pommes de terre risolées Brocolis Fruits	Polenta Chou-fleur Yaourt et coulis de mangue

Semaine du 17 au 23 janvier

<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>
Salade batavia et noix	Carottes râpées	Salade iceberg et maïs	Salade de concombres tomates, courgettes et carottes
Il de lentilles au lait de coco épinards et tomates	Porc (CH) aigre doux	Goulash (CH)	Couscous
Pommes de terre er (fl. d'avoine, fruits rouges et crunchy d'av	Riz au jasmin Compote de pommes et poires	Pâtes Yaourt aux abricots	Fruits

Semaine du 24 au 30 janvier

<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>
Soupe aux légumes	Salade russe et concombres	Endives	Carottes râpées
Emincée de poulet (CH) en sauce	Fromage râpés (CH)	Sauce blanche au yaourt	Porc (CH) à la moutarde
Pâtes complètes	Gnocchis	Bâtonnets de poisson	Spätzlis
Compote de pommes	Sauce tomates Yaourt aux fruits rouges	Riz basmati Fruits	Haricots verts Yaourt à la mangue

Semaine du 31 janvier au 06 février

<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>
Soupe à la courge	Salade iceberg	Carottes râpées	Salade de concombres
Pizza marguerite	Porc (CH) en sauce	Poulet (CH) sauté aux légumes	Pâtes à la carbonara
Yaourt aux pruneaux	Polenta Purée de carottes Yaourt à boire	Riz Bircher (flocons d'avoine, bananes,	Fruits