

Menus de la semaine

DU 02/03/2020 AU 06/03/2020

LUNDI 02 MARS

Entrées :

Chou rouge râpé et olives vertes
Salade verte et concombre
Salade verte et haricots jaunes persillés

Plats de Résistance :

Duo d'agneau au curry
Steak de poulet grillé sauce provençale
Cubes de dorade grillée sauce provençale

Accompagnements :

Riz - Pois su Cap - Sauce piments
Sauté de haricots verts/jaunes

Desserts :

Kiwi
Fromage blanc
aromatisé
Raisins



MARDI 03 MARS

Entrées :

Tomates, basilic et Emmental en dés
Courgettes râpées et betteraves
Carottes râpées aux agrumes

Plats de Résistance :

Cari de bœuf au chou-fleur
Côte de porc sauce poivre vert
Escalope de poulet pané
Omelette aux champignons

Accompagnements :

Riz - Haricots blancs - Rougail tomates
Mixité de légumes

Desserts :

Ananas
Prune rouge
Fruits au sirop
Yaourt brassé nature sucré



JEUDI 05 MARS

Entrées :

Achards de légumes
Chou vert râpé-Pommes
Salade verte tomates Ti Frais aux fines
herbes

Plats de Résistance :

Chili végétarien
Œufs brouillés au massalé
Escalope de soja et blé
Paëlla aux légumes et légumineuses

Accompagnements :

Riz-Lentilles-Sauce piments
Daube chou chou

Desserts :

Délice de la Sica-Lait
Kiwi
Pomme Pink Lady
Flan vanille
Yaourt nature sucré

VENDREDI 06 MARS

Entrées :

Chou chou vinaigrette
Tomates maïs
Carottes râpées et graines de sésame

Plats de Résistance :

Bœuf aux légumes
Cari Canard
Rougail d'œuf au combava
Sauce sardine

Accompagnements :

Riz -Pois du Cap- Sauce piments
Coquillettes au beurre
Fricassée de chou

Desserts :

Banane bio
Orange
Gâteau patate
Glace Frutti
Yaourt brassé aromatisé

