

MOIS : Janvier Semaine 02
SEMAINE DU : Lundi 06 janvier au vendredi 10 janvier 2014

					EPIPHANIE
DEJEUNER	lundi, 6 janvier 2014	mardi, 7 janvier 2014	MERCREDI 08	JEUDI 09	VENDREDI 10
Entrées au choix	asperges mousseline	salade niçoise	salade verte au poulet	salade endives noix	salade forestière
	salade de betteraves maïs	radis beurre		carottes râpées	salade verte aux dés de pomme
Plats au choix	morue à la tomate	rôti de bœuf au jus de thym	bocchonccini de veau	goulash	sauté de porc sauce cajun
	paupiette de saumon sauce beurre blanc	cuisse de poulet grillée		boudin aux pommes	omelette portugaise
Garnitures au choix	semoule orientale	poêlée arlésienne	cœur de blé	petit épeautre	choux vert braisé
	pâtes fraîches	duo de carottes à la crème de raifort		purée	petits pois à la française
Produit laitier	vache qui rit	leerdammer	fromage >150mg ca	fromage >150mg ca	fromage >150mg ca
Desserts au choix	banane	yaourt nature AHP	crémipote (compote-yaourt)	purée de fruit AHP	galette frangipane
	mandarine	yaourt aux fruits		cocktail de fruits	brioche des rois

DINER	MARDI	LUNDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	pâté en croûte	potage	concombre à la crème	salade zig zag
Plat	quenelle sauce aurore	omelette à la mexicaine	truite meunière	médaille de veau gismonda
Garniture	poêlée forestière	riz basmati	pomme vapeur	tomate provençale
Produit laitier	fromage	fromage >150mg ca	fromage 100-150mg ca	fromage 100-150mg ca
Dessert	yaourt nature	pomme	tarte au citron	crème choco

AHP : produit des Alpes de Haute Provence (carottes, oignon, salades, yaourt, fruits...)

prod.laitier	cuidités	protéine	crudités	féculents	produits gras ou sucrés
---------------------	-----------------	-----------------	-----------------	------------------	--------------------------------

MOIS : Janvier Semaine 03
SEMAINE DU : Lundi 13 janvier au vendredi 17 2014

					Menu Italie
DEJEUNER	LUNDI 13	MARDI 14	MERCREDI 15	JEUDI 16	VENDREDI 17
Entrées au choix	œufs mimosa	pamplemousse	salade niçoise	soupe de légumes	salade sicilienne
	jambon à la russe	avocat vinaigrette		salade de haricots verts	salade au gorgonzola
Plats au choix	cuisse de pintade aux herbes	andouillette sauce dijonnaise	quenelles	choucroute	fagottini au jambon cru
	rôti de veau	steack haché sauce roquefort		garnie	sauce tomate parmesan
Garnitures au choix	légumes marrakech	pommes duchesse	ebly	rôti de dinde	spaghetti
	choux fleur en gratin	frites		tomates provençales	carbonara
Produit laitier	fromage>150mg CA	boursin tartine 16 g	fromage>150mg CA	port salut	fromage>150mg CA
Desserts au choix	litchi	abricot vanille	crème brulée	clémentine	tiramisu
	orange	ananas caramel		melon d'hiver	panna cotta fruits rouges

<i>DINER</i>	<i>LUNDI</i>	<i>MARDI</i>	<i>MERCREDI</i>	<i>JEUDI</i>
Entrée	salade de carottes râpées	salade d'épinards	salade de la mer	talmouse en tricorne
Plat	poisson en papillote	vol au vent de ris de veau	endive	épaule d'agneau en croute
Garniture	pôlée de légumes mixtes	courgettes en gratin	au jambon	navets et carottes glacés
Produit laitier	yaourt	fromage >150mg ca	fromage >150mg ca	fromage >150mg ca
Dessert	salade mangue	tarte aux pommes	clémentine	ananas

AHP : produit des Alpes de Haute Provence (carottes, oignon, salades, yaourt, fruits...)

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	produits gras ou sucrés
--------------	----------	----------	----------	-----------	-------------------------

MOIS : Janvier Semaine 04
SEMAINE DU : Lundi 20 au vendredi 24 janvier 2014

	menu bio				
DEJEUNER	LUNDI 20	MARDI 21	MERCREDI 22	JEUDI 23	VENDREDI 24
Entrées au choix	salade strasbourgeoise	salade provençale	tarte au fromage	salade de pâtes surimi	salade verte fromage
	salade de pois chiches sauce moutarde	légumes anchoiade		taboulé	carottes râpées AHP
Plats au choix	saumon à l'estragon	1/2 coquelet	épaule d'agneau en croûte d'ail	escalope de veau viennoise	steack haché de bœuf bio sauce échalote
	poisson madras (ananas, mangue, tandori)	tranche de gigot d'agneau		gratin de courgettes	haut de cuisse bio moutarde ancienne
Garnitures au choix	dou de courgettes	gratin de pomme de terre	printanière de légumes	nuggets	frites
	carottes à l'ail AHP	petit épeautre façon pilaf		épinards à la crème	
Produit laitier	Kiri à la crème	fromage 100 à 150mg de calcium	fromage 100 à 150mg de calcium	six de savoie	fromage à plus de 150mg de calcium
Desserts au choix	pomme AHP	fromage blanc crème de marron	purée de fruit AHP	kiwi	compote bio
	poire AHP	faisselle AHP fruits rouge		banane	cuidité bio
					<i>pain</i>

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	salade niçoise	potage crêcy	salade de maïs	haricots verts au thon
Plat	blanquette de veau ménagère	fricassée de poisson	risotto	joue de bœuf
Garniture	pôlée de légumes mixtes	potimaron au four	poulet rôti	polenta
Produit laitier	fromage >150mg ca	petit suisse	fromage >150mg ca	fromage >150mg ca
Dessert	cremi pote	orange	ananas	mandarine

AHP : produit des Alpes de Haute Provence (carottes, oignon, salades, yaourt, fruits...)

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	produits gras ou sucrés
--------------	----------	----------	----------	-----------	-------------------------

MOIS : Janvier Semaine 05
SEMAINE DU : Lundi 27 au vendredi 31 janvier 2014

					nouvel an chinois
DEJEUNER	LUNDI 27	MARDI 28	MERCREDI 29	JEUDI 30	VENREDI 31
Entrées au choix	salade composée	saucisson rosette	concombre à la menthe	avocat	nems
	salade d'endives à la mimolette	jambon blanc		salade de mâche	beignet de crevette
Plats au choix	blanquette de volaille à l'ancienne	poêlée atlantique	steak de bœuf	lasagnes maison	porc au caramel
	chipolatas aux herbes	poisson cancoillotte			canard laqué
Garnitures au choix	duo de haricots verts	semoule aux raisins	gratin de courgettes meunière	ravioli au fromage	riz cantonnais
	salsifis tomate amandes	pépinettes en pilaf			nouilles chinoises
Produit laitier	kiri au chèvre	yaourt velouté	fromage 100 à 150mg de calcium	boursin nature	fromage à plus de 150mg de calcium
Desserts au choix	yaourt au fruit des AHP	mandarine	tropézienne	salade de fruits	ananas frais
	fromage blanc des AHP	melon d'hiver		purée de fruit local	litchi frais

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	salade provençale	pâté en croute	soupe aux poireaux	endives aux noix
Plat	poisson vapeur	navarin d'agneau	kebab	omelette plate à l'espagnol
Garniture	pôlée de légumes mixtes	légumes de saison	pomme vapeur	crosnes à l'andalouse
Produit laitier	fromage > 150mg ca	yaourt	fromage > 150mg ca	yaourt
Dessert	tarte au pomme	coupe mangue	pamplemousse	crêpes

AHP : produit des Alpes de Haute Provence (carottes, oignon, salades, yaourt, fruits...)

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	produits gras ou sucrés
--------------	----------	----------	----------	-----------	-------------------------

MOIS : Fevrier Semaine 06
SEMAINE DU : Lundi 03 fevrier au vendredi 07 fevrier 2014

	chandeleur				
DEJEUNER	LUNDI 03	MARDI 04	MERCREDI 05	JEUDI 06	VENDREDI 07
Entrées au choix	concombre à la grecque	duo de chou	pizza	salade au cœur de palmier	salade esau
	céleri crème moutarde	salade gourmande		velouté potiron	salade de riz
Plats au choix	sot l'y laisse de dinde	filet de poisson sauce Marguery (échalotes, moules, vin blanc fumet)	effiloché de canard	cuisse de poulet	rôti de porc sauce pruneaux
	côte de porc marinée	daube de seiches		sauté de bœuf sauce grand veneur	confit d'agneau à l'ail
Garnitures au choix	haricots plats d'Espagne	fusilli sauce tomate	tian provençal	pomme de terre persillée	aubergines à la parmesane
	gratin de choux fleurs	pâtes fraîches		cœur de blé	haricots verts pdt
Produit laitier	fromage > 150mg de ca	babybel rouge	fromage 100/150mg de ca	fromage 100/150mg ca	fromage 100/150mg ca
Desserts au choix	crêpe sucre, miel, confiture, nutella	yaourt fruits	melon d'hiver	raisin	kiwi
		yaourt vanille		poire AHP	orange

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	salade verte	artichauts vinaigrette	pamplemousse	salade verte
Plat	tarte au saumon épinards	blanquette de veau ménagère	spaghetti	pâté lorrain
Garniture	pôlée de légumes mixtes	petits légumes tournés	bolognaise	
Produit laitier	fromage > 150mg ca	fromage 100-150mg ca	yaourt	yaourt
Dessert	salade de fruits	orange	poire aux chocolat	panacotta

AHP : produit des Alpes de Haute Provence (carottes, oignon, salades, yaourt, fruits...)

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculets	produits gras ou sucrés
--------------	----------	----------	----------	----------	-------------------------

MOIS : Fevrier Semaine 07
SEMAINE DU : Lundi 10 fevrier au vendredi 14 fevrier 2014

	menu moyen âge				
DEJEUNER	LUNDI 10	MARDI 11	MERCREDI 12	JEUDI 13	VENDREDI 14
Entrées au choix	salade américaine	salade verte chèvre croûtons	salade d'avocat thon	endives aux noix	arboulastre en tarte faite à la paelle
	salade de pâtes au surimi	radis beurre		duo de crudités	gros bastons
Plats au choix	omelette fromage	canneloni (plat complet)	ficelle picarde	filet de poisson pané	brouet georgé
	côte de porc marinée			filet de poisson sauce hollandaise	potage d'une petite rivière
Garnitures au choix	légumes à la méridionale	lapin provençal	tomates provençales	boulghour	pomme paille
	choux de bruxelles	riz		polenta cantadou	ris engoulé
Produit laitier	fromage> 150mg de calcium	mini la vache qui rit	fromage 100 à 150mg de ca	fromage 100 à 150mg de ca	fromage> 150mg de calcium
Desserts au choix	mandarine	tartelette fruit	chocolat liegeois	fromage blanc nature+biscuit	Rique-menger
	pamplemousse	tartelette chocolat		fromage blanc aux fruits+biscuit	poire d'angoisse

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	salade nicoise	concombre au fromage blanc	crème de potimarron	oeuf mimosa
Plat	truite meunière	steack haché	poulet a l'américaine sauce diable	navarin d'agneau
Garniture	pêlée de légumes mixtes	pommes duchesses	riz mexicain	légumes braisés
Produit laitier	fromage>150mg ca	yaourt	fromage>150mg ca	fromage 100-150mg ca
Dessert	mousse aux fruits	compote	fruit de saison	fruit

AHP : produit des Alpes de Haute Provence (carottes, oignon, salades, yaourt, fruits...)

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	produits gras ou sucrés
--------------	----------	----------	----------	-----------	-------------------------

MOIS : Fevrier Semaine 08
SEMAINE DU : Lundi 17 fevrier au vendredi 21 fevrier 2014

DEJEUNER	LUNDI 17	MARDI 18	MERCREDI 19	JEUDI 20	VENREDI 21
Entrées au choix	salade d'ebly au thon	betteraves crues toast au chèvre	salade au foie de volaille	salade de riz	salade verte féta
	salade de pois chiche	salade provençale		potage vermicelles	avocat mayonnaise
Plats au choix	emincé de volaille kebab	lieu en matelotte	alouette sauce marengo	fricassée de coq	jambon grillé au madère
	steak haché	timbale fruits de mer		brochette de bœuf	lentilles vertes AHP
Garnitures au choix	haricots plats	pomme de terre vapeur	légumes tournés	minestrone	hachis parmentier
	brocolis noix crème	semoule		fricassée de légumes à la bretonne	
Produit laitier	mini babybel emmental	fromage>150mg CA	fromage>150mg CA	chanteneige	fromage>150mg CA
Desserts au choix	banane	cocktail de fruits	gâteau frangipane	pomme	pomme au four
	mandarine	compote		orange	pêches au sirop

DINER				
Entrée	terrinerie de légumes	salade mixte (salade, tomate, oignons)	salade d'haricots	carottes betteraves crues rapées
Plat	steack grillé	cassolette de chapon aux cèpes	filet de perche tandori	jarret d'agneau
Garniture	pôlée de légumes mixtes	crosnes et carottes	pomme de terre en papillote	haricots plats
Produit laitier	fromage > 150mg ca	fromage > 150mg ca	fromage > 150mg ca	fromage > 150mg ca
Dessert	Raisin	poire cuite	kiwi	tarte tatin

AHP : produit des Alpes de Haute Provence (carottes, oignon, salades, yaourt, fruits...)

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	produits gras ou sucrés
--------------	----------	----------	----------	-----------	-------------------------

