

**MOIS : novembre - SEMAINE N° : 45**  
**SEMAINE DU : lundi 04 novembre au vendredi 08 novembre 2013**

<b>DEJEUNER</b>	<b>LUNDI 04</b>	<b>MARDI 05</b>	<b>MERCREDI 06</b>	<b>JEUDI 07</b>	<b>VENDREDI 08</b>
<b>Entrées au choix</b>	maquereau vin blanc	cœur de palmier	salade pomme fruit aux	salade verte AHP emmental	poivrons à la juive
	sardine à l'huile	betteraves	noix et roquefort	salade far west	salade maïs tomate
<b>Plats au choix</b>	steack hâché	pavé de saumon tomates citron	moussaka	couscous	colombo de porc
	cordon bleu	gratin de moules massalé			escalope de dinde venitienne
<b>Garnitures au choix</b>	ratatouille	frites	maison	poulet	haricots plats
	haricots verts	pommes noisette		boulette merguez	poêlée de légumes
<b>Produit laitier</b>	danette vanille	boursin ail et fines herbes	fromage >150mg CA	yaourt nature AHP	petit suisse gervais
<b>Desserts au choix</b>		danette chocolat	pomme des AHP		cake au
			poire des AHP	chocolat	yaourt aux fruits

<b>DINER</b>	<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>
<b>Entrée</b>	poireau vinaigrette	tarte à l'oignon	avocat vinaigrette	concombre tzasiskis
<b>Plat</b>	tranche de gigot	lapin à la moutarde	lieu sauce hollandaise	roti de porc aux pruneaux
<b>Garniture</b>	haricots blancs à la tomate	duo de carottes	riz basmati	blettes à l'ail
<b>Produit laitier</b>	fromage 100-150 mg ca	yaourt nature sucré	fromage 100-150 mg ca	yaourt
<b>Dessert</b>	melon	banane	kiwi	biscuit sec

**AHP : Alpes de Haute Provence (selon disponibilité)**

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

**MOIS : novembre - SEMAINE N° : 46**  
**SEMAINE DU : lundi 11 novembre au vendredi 15 novembre 2013**

DEJEUNER	LUNDI 11	MARDI 12	MERCREDI 13	JEUDI 14	repas bio
					VENDREDI 15
Entrées au choix		chou blanc râpé AHP	croque monsieur	salade des AHP césar	crudités
		carottes rapées citron	feuilleté fromage	salade endives au bleu	crudités
Plats au choix		bœuf bourguignon	filet de hoki aux légumes du soleil	palette de porc	sauté de volaille bio
		polenta	nuggets poisson	lentilles vertes des AHP au jus	omelette bio aux oignons
Garnitures au choix		ravioli fromage	duo de carottes	rôti de veau	trio de légumes bio
		huile olive basilic	petits pois	haricots blancs à la tomate	purée de courgettes bio
Produit laitier			leerdammer portion	fromage blanc AHP	
Desserts au choix		mousse au chocolat	orange	compote des AHP	yaourt les 2 vaches vanille bio
		crème pistache	banane	fruits au sirop	yaourt les 2 vaches fuikimix fraise bio

***pain bio***

<i>DINER</i>	<i>LUNDI</i>	<i>MARDI</i>	<i>MERCREDI</i>	<i>JEUDI</i>
Entrée		salade gourmande	macédoine mayo	salade yam yam ( hv concombre celeri rave)
Plat		knacki	rôti de veau sauce provençale	cuisse de poulet
Garniture		purée	boulghour	poivrons grillés
Produit laitier			fromage 100-150mg ca	fromage 100-150mg ca
Dessert		petit suisse	mangue	tarte aux fruits

**AHP : Alpes de Haute Provence (selon disponibilité)**

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

**MOIS : novembrebre - SEMAINE N° : 47**  
**SEMAINE DU : lundi 18 novembre au vendredi 22 novembre 2013**

<b>DEJEUNER</b>	<b>LUNDI 18</b>	<b>MARDI 19</b>	<b>MERCREDI 20</b>	<b>JEUDI 21</b>	<b>VENDREDI 22</b>
<b>Entrées au choix</b>	<b>carottes rapées des AHP</b>	<b>macédoine mayo</b>	<b>salade de tomates</b>	<b>pizza royale</b>	<b>salade verte des AHP emmental</b>
	<b>salade de jeunes pousses d'épinards croustons</b>	<b>poivrons à la juive</b>		<b>feuilleté saucisse</b>	<b>salade d'endives</b>
<b>Plats au choix</b>	<b>cuisse de poulet</b>	<b>emincé de volaille kebab</b>	<b>kouloubiak</b>	<b>pot</b>	<b>filet de lieu sauce crevette</b>
	<b>sauté de porc des AHP au caramel</b>	<b>saucisse de toulouse façon rougail</b>		<b>au</b>	<b>gnocchi</b>
<b>Garnitures au choix</b>	<b>haricots verts</b>	<b>tagliatelles fraiches</b>	<b>de saumon</b>	<b>feu</b>	<b>brandade</b>
	<b>légumes à l'orientale</b>	<b>riz madras</b>		<b>des AHP</b>	<b>de morue</b>
<b>Produit laitier</b>	<b>vache qui rit</b>	<b>saint bricet</b>	<b>fromage &gt;150mg ca</b>	<b>cantal portion</b>	<b>fromage blanc des AHP</b>
<b>Desserts au choix</b>	<b>ile flotante</b>	<b>pomme des AHP</b>	<b>tarte aux fruits</b>	<b>raisin</b>	<b>salade de fruits</b>
	<b>crème brûlée</b>	<b>poire des AHP</b>		<b>orange</b>	<b>compote</b>

<b>DINER</b>	<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>
<b>Entrée</b>	<b>potage de légumes</b>	<b>carpaccio de champignons</b>	<b>crème de potiron</b>	<b>salade de gésiers</b>
<b>Plat</b>	<b>hachis</b>	<b>poisson pané</b>	<b>lasagnes</b>	<b>omelette nature</b>
<b>Garniture</b>	<b>parmentier</b>	<b>brocolis</b>	<b>maison</b>	<b>petits pois</b>
<b>Produit laitier</b>	<b>yaourt</b>	<b>fromage &gt;150mg ca</b>	<b>fromage &gt;150mg ca</b>	<b>fromage &gt;150mg ca</b>
<b>Dessert</b>	<b>salade de fruits frais</b>	<b>liégeois</b>	<b>kiwi</b>	<b>yaourt</b>

**AHP : Alpes de Haute Provence (selon disponibilité)**

<b>prod.laitier</b>	<b>protéine</b>	<b>cuidités</b>	<b>crudités</b>	<b>féculents</b>	<b>matières grasses</b>
---------------------	-----------------	-----------------	-----------------	------------------	-------------------------

**MOIS : novembre - SEMAINE N° : 48**  
**SEMAINE DU : lundi 25 novembre au vendredi 29 novembre 2013**

DEJEUNER	menu provençal				
	LUNDI 25	MARDI 26	MERCREDI 27	JEUDI 28	VENDREDI 29
Entrées au choix	concombre à la crème	champignons à la grecque	salade d'endives	salade des AHP niçoise	quiche lorraine
	salade pomme fruit noix	cœur de palmier		salade des AHP provençale	crêpe fromage
Plats au choix	piécé de bœuf des AHP poivre vert	roti d'agneau au thym	bœuf des AHP aux épices	filet de colin bouillabaisse	sauté de veau sauce champignon
	sot l'y laisse sauce orange	émincé de poulet sauce moutarde		daube provençale de seiches	demi coquelet
Garnitures au choix	courgettes sautées	céréales gourmandes bio	riz mexicain	pommes vapeur	carottes des AHP
	haricots beurre	flageolets		pâtes des AHP	haricots plats
Produit laitier	cantadou ail fines herbes	comté portion	yaourt	tomme Ubaye (AHP)	babybel
Desserts au choix	yaourt des AHP	mandarine	ananas	tarte pomme maison	banane
	faisselle des AHP	pomme des AHP		tropézienne	poire des AHP

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	velouté crecy	tartelette fromage blanc	carottes rapées	tomates concombre
Plat	filet de lieu basilic	filet de bœuf des AHP	quenelles sauce aurore	sauté de porc au jus
Garniture	riz safrané	épinards au kiri	salsifis aux amandes	purée
Produit laitier	fromage >150mg ca	fromage 100-150mg ca	fromage >150mg ca	yaourt velouté
Dessert	raisin	mangue	gâteau de semoule	compote

**AHP : Alpes de Haute Provence (selon disponibilité)**

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

**MOIS : décembre- SEMAINE N° : 49**  
**SEMAINE DU : lundi 02 décembre au vendredi 06 décembre 2013**

<b>DEJEUNER</b>	<b>LUNDI 02</b>	<b>MARDI 03</b>	<b>MERCREDI 04</b>	<b>JEUDI 05</b>	<b>VENDREDI 06</b>
<b>Entrées au choix</b>	<b>céléri crème moutarde</b>	<b>potage parmentier</b>	<b>pomelos</b>	<b>oeuf mimosa</b>	<b>duo de chou</b>
	<b>salade d'endives</b>	<b>artichauts en salade</b>		<b>maquereau à la tomate</b>	<b>salade verte des AHP aux croustons</b>
<b>Plats au choix</b>	<b>fricassée atlantique</b>	<b>steak haché au poivre</b>	<b>tajine d agneau</b>	<b>sauté de veau cacao</b>	<b>omelette</b>
	<b>moules safranées</b>	<b>foie de génisse</b>		<b>poulet noisetine</b>	<b>roti de porc au poivrons</b>
<b>Garnitures au choix</b>	<b>riz</b>	<b>poelée arlésienne</b>	<b>word mix marrakech</b>	<b>pépinettes aux légumes du soleil</b>	<b>purée de potiron</b>
	<b>pâtes fraîches</b>	<b>chou romanesco au cantadou</b>		<b>polenta</b>	<b>aubergines à la tomate</b>
<b>Produit laitier</b>	<b>six de savoie</b>	<b>morbier</b>	<b>chamois d'or</b>	<b>yaourt des AHP</b>	<b>port salut portion</b>
<b>Desserts au choix</b>	<b>cocktail de fruits</b>	<b>clémentine</b>	<b>compote bio</b>	<b>pomme des AHP</b>	<b>yaourt choco des AHP</b>
	<b>compote des AHP</b>	<b>poire des AHP</b>		<b>kiwi</b>	<b>fromage blanc des AHP</b>

<b>DINER</b>	<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>
<b>Entrée</b>	<b>carottes rapées</b>	<b>betteraves crues</b>	<b>salade verte</b>	<b>potage dubarry</b>
<b>Plat</b>	<b>lapin sauté moutarde</b>	<b>escalope de poulet milanaise</b>	<b>poisson pané</b>	<b>cassoulet</b>
<b>Garniture</b>	<b>duo de carottes navets</b>	<b>riz</b>	<b>petits pois</b>	<b>maison</b>
<b>Produit laitier</b>	<b>fromage &gt; 150mg ca</b>	<b>yaourt</b>	<b>fromage &gt; 150mg ca</b>	<b>fromage &gt; 150mg ca</b>
<b>Dessert</b>	<b>biscuit</b>	<b>ananas</b>	<b>yaourt</b>	<b>banane</b>

**AHP : Alpes de Haute Provence (selon disponibilité)**

<b>prod.laitier</b>	<b>protéine</b>	<b>cuidités</b>	<b>crudités</b>	<b>féculents</b>
---------------------	-----------------	-----------------	-----------------	------------------

**MOIS :décembre - SEMAINE N° : 50**  
**SEMAINE DU : lundi 09 décembre au vendredi 13 décembre 2013**

<b>DEJEUNER</b>	<b>LUNDI 09</b>	<b>MARDI 10</b>	<b>MERCREDI 11</b>	<b>JEUDI 12</b>	<b>VENDREDI 13</b>
<b>Entrées au choix</b>	salade d'endives emmental	velouté au potiron	concombre vinaigrette	salade d'ébly au surimi	salade andalouse
	salade de mâche	salade de maïs		salade de pois chiches	salade verte au bleu
<b>Plats au choix</b>	blanc de poulet sauce moutarde	cappeleti	hachis	blanquette de veau à l'ancienne	filet de lieu sauce crevette
	andouillette au vin blanc	au bœuf		demi coquelet rôti	sèches sétoises
<b>Garnitures au choix</b>	courgettes sautées	ravioli	parmentier	chou fleur polonaise	pâtes des AHP
	choux de bruxelles	sauce raifort		tomates provençales	riz pilaf
<b>Produit laitier</b>	yaourt velouté nature	kiri	chaource	chanteneige	fromage blanc des AHP
<b>Desserts au choix</b>	riz au lait maison	poire des AHP	mousse chocolat	ananas	salade de fruits
	gateau de semoule	banane		pomme des AHP	compote

<b>DINER</b>	<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>
<b>Entrée</b>	potage de légumes	tartine chèvre miel	tomate	poireau vinaigrette
<b>Plat</b>	timbale fruits de mer	œuf	cote de porc aux herbes	merguez
<b>Garniture</b>	perli'blé	florentine	gratin de courge	frites
<b>Produit laitier</b>	fromage > 150mg ca	fromage 100-150mg ca	yaourt	yaourt
<b>Dessert</b>	mandarine	kiwi	gâteau basque	raisin

**AHP : Alpes de Haute Provence (selon disponibilité)**

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

**MOIS : décembre - SEMAINE N° : 51**  
**SEMAINE DU : lundi 16 décembre au vendredi 20 décembre 2013**

				<b>repas de noel</b>	
<b>DEJEUNER</b>	<b>LUNDI 16</b>	<b>MARDI 17</b>	<b>MERCREDI 18</b>	<b>JEUDI 19</b>	<b>VENDREDI 20</b>
<b>Entrées au choix</b>	saucisson rosette	soupe au pistou parmesan coquillettes	salade composée		salade verte des AHP au thon
	jambon blanc	betterave vinaigrette			salade pacifique
<b>Plats au choix</b>	cuisse de pintade aux herbes	filet colin de sauce nantua	brandade		tranche de gigot grillée aux herbes
	rôti de bœuf au jus	pavé de saumon à l'oseille			kebab volaille
<b>Garnitures au choix</b>	blettes à la crème	semoule	de	féculents	haricots verts
	haricots beurre	cœur de blé	morue	féculents	poêlée marrakech
<b>Produit laitier</b>	gouda	tomme catalane	yaourt		yaourt nature
<b>Desserts au choix</b>	poire des AHP	pomme des AHP			
	banane	mandarine			

*+ jus de clémentine individuel et chocolats*

<b>DINER</b>	<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>
<b>Entrée</b>	soupe de carotte	salade d'endive	concombre tsaziskis	sardine à l'huile
<b>Plat</b>	crevettes sautées à l'ail	steak haché grillé	roti de dinde à la crème d'ail	blanquette de veau
<b>Garniture</b>	boulghour	poelée méridionale	broccolis	riz
<b>Produit laitier</b>	fromage>150mg ca	fromage>150mg ca	fromage>150mg ca	fromage blanc
<b>Dessert</b>	litchis	crumble abricot	mousse au chocolat	orange

**AHP : Alpes de Haute Provence (selon disponibilité)**

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses/sucres
--------------	----------	----------	----------	-----------	-------------------------

