

MARDI 20 OCTOBRE LIVRE LUNDI AM	MERCREDI 21 OCTOBRE LIVRE MARDI AM	JEUDI 22 OCTOBRE LIVRE MERCREDI AM	VENDREDI 23 OCTOBRE LIVRE JEUDI AM	SAMEDI 24 OCTOBRE LIVRE JEUDI AM	DIMANCHE 25 OCTOBRE LIVRE VENDREDI AM	LUNDI 26 OCTOBRE LIVRE VENDREDI AM
BETTERAVES VTE ☐	CAROTTES RAPEES A L'HUILE DE NOIX ☐	BETTERAVES VTE ☐	SALADE VERTE ☐	BETTERAVES VTE ☐	CHOU ROUGE VTE ☐	CAROTTES RAPEES VTE ☐
CONCOMBRES TZATZIKI ☐	CÉLERI VTE ☐	HARICOTS VERTS VTE ☐	CHOU BLANC VTE ☐	CAROTTES RAPEES VTE ☐	LENTILLES EN SALADE ☐	MUFFIN DE CAROTTES AUX EPICES ☐
PDT CIBOULETTE ☐	POTAGE DE LÉGUMES ☐	SALADE PDT CHOU HARICOTS ROUGES VTE ☐	SALADE VITAMINEE ☐	PÂTES D'HIVER ☐	SALADE VERTE ☐	SALADE JARDIVERGER ☐
POTAGE DE LÉGUMES ☐	VELOUTÉ A L'OSEILLE ☐	POTAGE DE LÉGUMES ☐	POTAGE AU POTIRON ☐	POTAGE DE LÉGUMES ☐	POTAGE DE LÉGUMES ☐	POTAGE DE POIREAUX PDT ☐
CALAMARS A LA PROVENCALE ☐	POISSON DU JOUR A LA FONDUE DE POIREAUX FT ☐	FILET DE DINDE SAUCE CHAMPIGNONS ☐	MAQUEREAU SAUCE VIN BLANC ☐	POISSON SAUCE ESTRAGON FT ☐	HACHIS AUX DEUX LÉGUMES C ☐	JAMBON BLANC SANS SEL BEURRE DOUX R ☐
MIJOTE DE BOEUF ☐	ESCALOPE DE PORC AU ROMARIN R ☐	OEUFS BROUILLES NATURES ☐	POULET A L'ANGEVINE ☐	ESCALOPE DE DINDE AU PORTO ☐	POISSON BLANC AU CITRON ☐	POULET AU FOUR ☐
POULET AU FOUR ☐	PÂTES A LA BOLOGNAISE C ☐	POISSON BLANC AU CITRON ☐	POULET AU FOUR ☐	POULET AU FOUR ☐	SAUTÉ DE DINDE A LA CRÈME ☐	SAUMON À LA CRÈME D'OSEILLE ☐
CAROTTES A LA CRÈME ☐	CHOU FLEUR ET BROCOLIS ☐	COQUILLETES ☐	ENDIVES AU FOUR ☐	CÔTES DE BLETES ET PDT A LA CRÈME ☐	COQUILLETES ☐	HARICOTS VERTS PERSILLÉS ☐
PURÉE DE HARICOTS VERTS ☐	PURÉE DE PDT ☐	PETITS POIS NATURES ☐	PURÉE DE PDT ☐	PETITS POIS CAROTTES ☐	JULIENNE DE LÉGUMES ☐	PURÉE DE PDT ÉPINARDS ☐
SEMOULE AUX RAISINS ☐	PURÉE DE CAROTTES ET PDT ☐	POIREAU BÉCHAMEL ☐	PURÉE DE LÉGUMES ☐	RIZ ☐	PURÉE DE PDT ☐	RIZ PILAF ☐
EDAM ☐	GOUDA ☐	EDAM ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	GOUDA ☐	SAINT PAULIN PORTION ☐	EDAM ☐
FROMAGE BLANC NATURE ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	YAOURT NATURE ☐	SAINT PAULIN PORTION ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	YAOURT NATURE ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐
POMME AU FOUR SANS SUCRE ☐	BANANE ☐	RAISIN NOIR (NON LAVE) ☐	ANANAS FRAIS ☐	POIRE ☐	POMME AU FOUR SANS SUCRE ☐	BANANE ☐
COMPOTE DE POMME CASSIS ☐	TARTELETTE POMME CANNELLE ☐	CRÈME A LA BANANE ☐	LIÉGEOIS VANILLE CARAMEL ☐	COMPOTE DE POMME ☐	PARIS BREST ☐	ENTREMETS AU CAFÉ ☐
PURÉE DE POMME BANANE SANS SUCRE ☐	PURÉE DE POMME BANANE SANS SUCRE ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	POMME AU FOUR SANS SUCRE ☐	PURÉE DE POMME BANANE SANS SUCRE ☐	FAR AUX PRUNEAUX ☐	PURÉE DE POMME BANANE SANS SUCRE ☐
TAPIOCA A LA PÊCHE DC ☐	CRÈME GD MERE PISTACHE AVOINE DC ☐	FROMAGE BLANC A LA CERISE DC ☐	RIZ AU LAIT COMPOTE DE POMMES DC ☐	SEMOULE AU CHOCOLAT DC ☐	CRÈME GD MERE VANILLE DC ☐	TAPIOCA AU CHOCOLAT DC ☐
PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐

C : PLAT COMPLET VIANDE + LEGUMES - DC : DESSERT COMPLET - FT : FRANCO THAIE - R : PORC - VTE : VINAIGRETTE

 NOM: _____

-PRENOM: _____

 A PARTAGER 2 PERS 
8.50 €