

LUNDI 19 OCTOBRE	MARDI 20 OCTOBRE	MERCREDI 21 OCTOBRE	JEUDI 22 OCTOBRE	VENDREDI 23 OCTOBRE LIVRE JEUDI	SAMEDI 24 OCTOBRE LIVRE VENDREDI	DIMANCHE 25 OCTOBRE LIVRE VENDREDI
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 ☐	PÂTES D'HIVER ☐	SALADE VITAMINEE ☐	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 BLETTES 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) ☐	POIRE ☐	ANANAS FRAIS ☐	POMME AU FOUR SANS SUCRE ☐	BANANE ☐
COMPOTE DE POMME CASSIS ☐	TARTELETTE POMME CANNELLE ☐	CRÈME A LA BANANE ☐	LIÉGEOIS VANILLE CARAMEL ☐	COMPOTE DE POMME ☐	ENTREMETS AU CAFÉ ☐	PARIS BREST ☐
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 €