



lundi 01 septembre	mardi 02 septembre	mercredi 03 septembre	jeudi 04 septembre	vendredi 05 septembre
BETTERAVES VINAIGRETTE	MACÉDOINE		CONCOMBRES VINAIGRETTE	PASTÈQUE
BOLOGNAISE	SAUTÉ DE PORC A LA PROVENCALE		POISSON PANÉ	LASAGNE TOMATE MOZZARELLA
SPAGHETTIS HVE	SEMOULE HVE		RIZ	
	HARICOTS VERTS A L'AIL		MIREPOIX DE LÉGUMES A LA CRÈME	SALADE
COMPOTE HVE	DONUT SUCRÉ		YAOURT SUCRÉ	YAOURT AROMATISÉ
lundi 08 septembre	mardi 09 septembre	mercredi 10 septembre	jeudi 11 septembre	vendredi 12 septembre
PÂTE DE CAMPAGNE ET CORNICHON	RADIS RAPÉ		TABOULÉ (SEMOULE HVE)	SALADE DE RIZ ET POIVRONS
SAUTÉ DE DINDE A LA CRÈME AU CURRY	OMELETTE		POULET EN SAUCE	POISSON PANÉ MSC
POÎLÉE DE COURGETTES	POMMES DE TERRE		POMMES DE TERRE VAPEUR	ÉPINARDS A L'AIL
SEMOULE HVE	BROCOLIS AUX OIGNONS			PURÉE DE POMMES DE TERRE
POIRE AU SIROP	GÂTEAU AU YAOURT		FRUIT DE SAISON	FROMAGE BLANC
lundi 15 septembre	mardi 16 septembre	mercredi 17 septembre	jeudi 18 septembre	vendredi 19 septembre
ŒUF DUR MATONAISE	MACÉDOINE		SALADE VERTS AUX CROUTONS	CONCOMBRE SAUCE FROMAGE BLANC CIBOULETTE
TOMATE FARCIE	HACHIS PARMENTIER		BOULETTES DE POIS CHICHE	CARBONARA DE SAUMON
RIZ	SALADE		BLE	COQUILLETES HVE
			CAROTTES	JULIENNE DE LÉGUMES
COMPOTE DE FRUITS	FRUIT DE SAISON		FROMAGE BLANC A LA CASSONADE	MOUSSE AU CHOCOLAT
lundi 22 septembre	mardi 23 septembre	mercredi 24 septembre	jeudi 25 septembre	vendredi 26 septembre
BETTERAVES	SALADE DE LENTILLES		SALADE DE TOMATES	MACÉDOINE
SAUTÉ DE DINDE A LA MOUTARDE	OMELETTE AU FROMAGE		NUGGET DE POULET	JAMBON BLANC
PETITS POIS AUX JUS	TORTIS HVE		SEMOULE HVE	Frites
RIZ MADRAS	RATATOUILLE DU CHEF		CAROTTES	SALADE
FRUIT DE SAISON	CHOU CHANTILLY		COCKTAIL DE FRUITS	YAOURT SUCRÉ
lundi 29 septembre	mardi 30 septembre	mercredi 01 octobre	jeudi 02 octobre	vendredi 03 octobre
SALADE DE TOMATE MOZZARELLA	TABOULÉ (SEMOULE HVE)		CÉLÉRI RÉMOULADE	CONCOMBRES VINAIGRETTE
SAUTÉ DE PORC AU CURRY	BRANDADE DE POISSON BLANC		QUICHE LORRAINE	NUGGET DE BLÉ
POMME DE TERRE VAPEUR	RIZ		SALADE VERTE	SEMOULE HVE
CAROTTES AUX OIGNONS	POTIRON			CHOU FLEUR A LA CRÈME
YAOURT AROMATISÉ	EDAM		ECLAIR AU CHOCOLAT	FRUIT DE SAISON
lundi 05 octobre	mardi 06 octobre	mercredi 08 octobre	jeudi 09 octobre	vendredi 10 octobre
WRAP AU THON	SALADE D'HARICOTS VERTS VINAIGRETTE A L'ÉCHALOTE		TABOULÉ (SEMOULE HVE)	PIZZA AU FROMAGE
MILOTTÉ DE DINDE AUX ÉPICES	CROQUETTE DE POISSON		ŒUF DUR BECHAMEL	SAUCISSE AUX OIGNONS
COQUILLETES HVE	RIZ		ÉPINARDS	Frites
TOMATES PROVENÇALES	CHOU FLEUR A LA CRÈME		POMMES DE TERRE	HARICOTS VERTS A L'AIL
YAOURT SUCRÉ	POT DE GLACE		FLAN NAPPÉ CARAMEL	FRUIT DE SAISON
lundi 13 octobre	mardi 14 octobre	mercredi 15 octobre	jeudi 16 octobre	vendredi 17 octobre
FRIAND AU FROMAGE	POTAGE DE CAROTTES A L'ORANGE RDG		CÉLÉRI RÉMOULADE	SALADE DE RIZ MAIS CIBOULETTE
OMELETTE	AIGUILLETTE DE POULET A LA CRÈME DE CIBOULETTE		SAUTÉ DE BOEUF A LA TOMATE	FILET DE COLIN MSC SAUCE ANETH
POTATOES	SEMOULE HVE		SPAGHETTIS SANGUINOLENTES	POMMES DE TERRE
POTIMARRON RÔTI	AUX PETITS LÉGUMES		CAROTTES	HARICOTS VERTS A LÉTUVÉE
FRUIT DE SAISON	FLAN CARAMEL		PETIT FANTÔME CHOCOLAT (MERINGUE)	MOELLEUX AU CITRON RDG

menu inversé et recettes bas carbone



75g