

Menu de la semaine 7 au 11 avril 2025

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

Lundi

Céréales
et lait

Crème d'épinards à l'ail
Tajine de poulet aux raisins secs, rutabagas, carottes et oignons,
couscous israélien à la coriandre
Orange, lait

Pain au blé entier,
fromage à la crème

Mardi

Smoothie
aux bananes
et bleuets,
céréales

Potage de céleris au cumin
Sauté de tofu et de petits légumes à la sauce soya, riz pilaf au curry
Pomme, lait

Craquelin au blé
entier, trempette
d'haricots blancs
au cumin

Mercredi

Yogourt nature
fouetté et purée
de fraises

Crème de tomates au basilic
Brandade de merlu à l'aneth et aux pommes de terre,
carottes sautées à l'ail
Orange, lait

Moelleux aux
framboises

Jeudi

Compote non
sucrée de
pommes et
pêches, fromage
cheddar marbré

Soupe de légumes et de riz à la ciboulette
Omelette végétarienne aux poivrons et oignons sautés au basilic
Assiette de melon canari, lait

Muffin
aux dattes

Vendredi

Bol de fruits :
oranges et
bananes, lait

Salade de pousses d'épinard vinaigrette aux pommes et à l'ail
Lasagne maison de bœuf, tomates et petits légumes à l'ail
et aux fines herbes
Yogourt nature aux nectarines, lait

Collations variées :
pâtisseries faites
maison