



MENU HIVER 25-26 SEMAINE QUATRE.

LUNDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Croissant de poulet

Poitrine de poulet, **mayonnaise**, céleri, sel, poivre

Salade de quinoa

Quinoa, tomate, concombre, maïs

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Muffin à la noix de coco et brisures de chocolat noir

Farine tout usage, flocons d'avoine, poudre à pâte, noix de coco râpées, lait végétale, margarine, brisures de chocolat noir, sucre et œufs

MARDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Croquettes de tofu sauce moutarde et miel

Tofu, rice krispies, œufs, épices, farine, huile de canola, mayonnaise, ketchup, moutarde et miel

Légumes vapeurs

Brocolis

Pates

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Baguette de pain et Boursin

du commerce

MERCREDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Pain de viande aux pommes

Boeufs, chapelure de pains, œufs, pommes, moutarde, sauce worcestershire, compote de pommes, cassonade, ketchup, ails, sel et poivre

Riz

Riz étuvés, bouillon de poulet, oignons, sel et poivre

Crudités

Concombres

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Yogourt à la vanille et biscuits

du commerce

JEUDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Potage de chou-fleur

Choux-fleurs, pommes de terre, ails, gingembre, oignons, huile d'olive, **fromage mozzarella**, lait, sel et poivre

Fromage

Pain naan

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Biscuits au beurre de soya

Beurre de soya, margarine, farine tout usage, **œufs**, sucre, sel, bicarbonate de soude, poudre à pâte, cassonade, essence de vanille

VENDREDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Saumon

Poivrons rouge, ail, pâte de tomate, miel,

Salade verte

Couscous

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Craquelins à la betterave et humus

Pois chiche, Tahini, huile d'olive, jus de citron, sel, poivre

