



Menus élaborés par
notre diététicienne

SANS FRUITS A COQUE

Semaine du 7 AU 11 DECEMBRE 2020

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
midi	Salade de pommes de terre au surimi au cerfeuil	Carottes d'Ouzilly râpées persillées	Salade de pommes de terre à la Russe (iambon œuf macédoine)	Betteraves rouges ciboulette	Brocolis au jambon
	Steak haché nature	Pâtes de la Fabric d'Alice carbonara au iambon (plat complet)	Omelette maison ciboulette	Paupiette de dinde grillée	Filet de hoki à l'oseille
	Poêlée de choux fleurs BIO persillés	Vache qui rit	Poêlée de julienne de légumes	Haricots beurres très fins sautés	Riz blanc BIO
	Cotentin nature	Clémentine	Camembert	Chèvre	Fromage blanc fermier de Vicq sur Gartempe
	Purée de pêches		Pomme BIO d'Iteuil	Banane	Poire de Bonnes
goûter	Yaourt nature	Fromage blanc nature	Petits suisses naturels	Yaourt nature	Fromage (Emmental)
	Purée de poires	Compote banane poires maison	Abricots secs réhydrater	Orange	Purée pomme coing

Semaine du 14 AU 18 DECEMBRE 2020

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
midi	Céleri rémoulade	Haricots verts BIO ciboulette	Salade de riz au thon et estragon	Velouté de pommes de terre et poireaux	Chou fleur persillé
	Escalope de dinde grillée à l'estragon	Grillade de porc nature	Steak haché nature	Filet de limande au citron	Boudin blanc grillé de chez Maitre Cochon et sa concassée de pommes d'Iteuil
	Semoule BIO	Petits pois au jus	Poêlée de carottes fraîches d'Ouzilly	Epinards à la crème	Purée de patate douce fraîches de Thurageau
	Yaourt nature	Edam	Saint Paulin	Petit suisse nature BIO	Tomme blanche
	Purée pomme pruneaux	Kiwi	Compote pomme rhubarbe maison	Compote banane orange maison	Clémentine
goûter	Fromage (Tartare ail et fines herbes)	Yaourt nature	Petits suisses naturels	Fromage blanc nature	Yaourt nature
	Purée de pommes	Compote pomme banane maison	Banane	Poire	Compote banane pomme poire maison