

JOURS	JEUDI 01	VENDREDI 02
Potages allergènes	Vert pré	Potimarron
Protéines	Haché de bœuf	Filet de Lieu noir
Légume	Courgettes	Betteraves rouges/carottes
Féculent	Pommes nature	Pommes nature
allergènes		Poisson
Repas complet "grands"	Filet de Lieu noir Purée de betteraves rouges (option : beurre)	Pâtes Sauce bolognaise (carottes, tomates, oignons)
allergènes	Gluten, poisson, céleri, (lait) Yaourt nature Lait	Gluten, céleri, œufs, lait, soja Orange
allergènes		

JOURS	LUNDI 05	MARDI 06	MERCREDI 07	JEUDI 08	VENDREDI 09
Potages allergènes		Epinards	Cerfeuil	Céleri rave Céleri	Carottes cumin
Protéines		Haché de bœuf	Dés de poulet	Rôti de porc	Filet de saumon
Légume		Brocolis	Navets	Courgettes	Chou-fleur
Féculent		Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature
allergènes					Poisson
Repas complet "grands"		Filet de Hoki Purée de brocolis option : beurre	Oeufs brouillés Navets Pommes nature	Filet de saumon Petits pois sauce tomate Pâtes	Rôti de porc aux fines herbes Chou-fleur curcuma Pommes nature
allergènes		Céleri, (lait) Emmenthal Lait	Oeufs Kiwi	Poisson, gluten Yaourt nature Lait	Gluten, soja, lait, céleri Compote
allergènes					

JOURS	LUNDI 12	MARDI 13	MERCREDI 14	JEUDI 15	VENDREDI 16
Potages allergènes	Poireaux	Lentilles corail	Courgettes	Chou-fleur	Carottes persil
Protéines	Filet de Cabillaud	Dés de bœuf	Dés de porc	Dés de poulet	Filet de Lieu noir
Légume	Carottes	Haricots verts	Fenouil	Betteraves rouges/carottes	Epinards
Féculent	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature
allergènes	Poisson				Poisson
Repas complet "grands"	Carbonnade de bœuf aux carottes Petit épeautre	Filet de Cabillaud Jus de légumes Haricots verts à l'échalote Pâtes grecques	Dés de poulet Sauce provençale (tomates, courgettes, fenouil) Pommes nature	Filet de Lieu noir Purée de betteraves rouges option : beurre	Dés de porc aux petits légumes (carottes, poireaux, champi) et lait de coco Quinoa Céleri Kiwi
allergènes	Gluten, céleri, moutarde Orange	Poisson, céleri, gluten Fromage blanc Lait	Céleri Fruits secs	Poisson, (lait) Yaourt aux fruits Lait	
allergènes					

JOURS	LUNDI 19	MARDI 20	MERCREDI 21	JEUDI 22	VENDREDI 23
Potages allergènes	Salsifis ciboulette	Brocolis	Epinards	Parmentier	Tomates
Protéines	Dés de porc	Filet de Hoki	Filet de saumon	Haché de bœuf	Dés de poulet
Légume	Carottes	Courgettes	Navets	Brocolis	Céleri-rave
Féculent	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature
allergènes		Poisson	Poisson		
Repas complet "grands"	Filet de Hoki Jus de légumes Carottes à l'estragon Pommes nature	Dés de porc Jus de rôti Purée de courgettes option : beurre	Pâtes Sauce bolognaise de bœuf et navets	Filet de saumon Brocolis jus de légumes et fines herbes Pommes nature	Oeufs brouillés légumes de printemps (courgettes, céleri rave) Riz Céleri, œufs Orange
allergènes	Poisson, céleri Compote	Céleri, (lait) Gouda Lait	Gluten, céleri Pomme	Poisson, lait, céleri, gluten Yaourt nature Lait	
allergènes					

JOURS	LUNDI 26	MARDI 27	MERCREDI 28	JEUDI 29	VENDREDI 30
Potages allergènes	Fenouil	Concombre	Navets	Lentilles Corail	Tomates basilic
Protéines	Dés de volaille	Filet de cabillaud	Filet de Hoki	Dés de porc	Filet de poulet
Légume	Carottes	Petits pois	Fenouil	Blanc de poireaux	Haricots verts
Féculent	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature
allergènes		Poisson	Poisson		
Repas complet "grands"	Filet de cabillaud Carottes aux oignons Pommes nature	Boulette de volaille Purée Saint Germain option : beurre	Dés de jambon Fenouil et tomates Boullgour	Waterzooi de poisson Julienne de légumes (carottes, poireaux, chou-fleur) Pommes nature	Filet de poulet Jus de légumes Haricots verts Pâtes
allergènes	Poisson, céleri Fruits secs	Gluten, céleri, (lait) Mimolette Lait	Gluten, céleri, lait Kiwi	Poisson, lait, céleri, soja, gluten Yaourt aux fruits Lait	Gluten, céleri Compote
allergènes					

Ingrédients provenant uniquement de la agriculture biologique : boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles corail, lentilles vertes, millet, pâtes, œufs, omelette, pois chiches, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile olive. Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)
Ingrédient labélisé MSC (pêche durable): Hoki, Lieu noir, Colin, Cabillaud