



Semaine n° 20

Plan Alimentaire 2	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Concombre ciboulette	Tomates en salade			***
Plat principal	Axoa	Emincé de dinde au miel		Ascension	***
Accompagnement	Riz pilaf	Carottes sautées			***
Produit laitier					***
Dessert	Liégeois chocolat	Tarte au fruit	Glace		***



Semaine n° 21

du 18 au 22 Mai 2015

Plan Alimentaire 3	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Betterave en dés aux pommes	Concombre Tatzikis		Tomate persillée	Carottes râpées
Plat principal	Escalope cordon bleu	Rôti de bœuf		Colombo de porc	Poisson frais
Accompagnement	Petits pois à la française	Pommes sautées		Blé	Duo de choux gratinés & pdt
Produit laitier	Compote	Saint paulin			
Dessert				Compote de pomme	Tarte Flan pâtissier



Le sais-tu ?

D'un point de vue botanique, **la tomate** est un fruit, mais nous la considérons (à tort) comme un légume !

Biriatou

du 25 au 29 Mai 2015

Semaine n° 22

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 4					
Entrée		Salade de blé	Salade catalane	Concombre	Salade Louisette
Plat principal	Lundi de Pentecote	Filet de poisson meunière	Escalope de volaille	Lomo piquillos	Sauté de bœuf provençal
Accompagnement		Epinard béchamel & pdt	Pommes noisettes	Haricots vert	Carottes
Produit laitier		Camembert		Yaourt	
Dessert			Fruit		Fruit

Info de la semaine



Compositions des plats



SaladeLouisette : salade, tomate, raisin / Blé fantaisie : blé, tomate, maïs

Semaine n° 23

du 1er au 5 Juin 2015

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 5					
Entrée	Salade méele	Gougère 	Carottes vinaigrette	Salade Fatoush	Pâté de campagne
Plat principal	Omelette campagnarde & pdt	Emincé de dinde au jus	Pâtes carbonara	Keftas de bœuf à l'orientale	Poisson frais
Accompagnement	Ratatouille	Haricots verts persillés	***	Semoule	Courgettes provençale
Produit laitier		Fondu président			
Dessert	Biscuit		Mousse chocolat	Cake aux fruits secs	Nectarine

Info de la semaine

JEUDI :
Ca swing en cuisine !
Le Moyen Orient et ses rythmes folkloriques



Compositions des plats

Salade Fatoush : tomate, concombre, oignon, herbes aromatiques / Keftas de boeuf à l'orientale : boulette de boeuf, oignon, poivron, cumin, concentré tomate



Biriatou

du 8 au 12 Juin 2015

Semaine n° 24

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 1					
Entrée	Salade tomate thon	Quiche au fromage		Taboulé	Concombre ciboulette
Plat principal	Escalope de dinde à la crème de poivron	Sauté de bœuf aux olives		Rôti de porc à l'estragon 	Mourue à la portugaise
Accompagnement	Riz pilaf	Haricots beurre persillés		Petit pois	Frites
Produit laitier	Fromage blanc				
Dessert		Fruit		Glace	Mousse chocolat

Info de la semaine

Le sais-tu ?

Notre cerveau contient 80% d'eau, les muscles 75%, les os en contiennent 30%...
D'où la nécessité de boire régulièrement, de **l'eau**, ça coule de source !



Compositions des plats



Semaine n° 25

du 15 au 19 Juin 2015

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 2					
Entrée	Salade de tomates	Salade de pâtes tricolore		Pastèque	Duo Saucisson sec cornichon
Plat principal	Chilli con carne	Mijoté de porc au miel 		Moussaka	Poisson
Accompagnement	Riz	Choux fleur & pdt		***	Purée
Produit laitier	Brie				
Dessert		Fruit		Eclair chocolat	Nectarine

Info de la semaine

L'or des abeilles

Le miel 100% naturel, ce petit trésor procure de l'énergie, renferme moins de calories que le sucre et se digère plus facilement. Faisons en sorte que les abeilles continuent de butiner nos parterres !



Compositions des plats



Salade arlequin : p. de terre, maïs, poivron

En souligné les fruits et légumes frais de saison, fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Biriatou

Semaine n° 26

du 22 au 26 Juin 2015

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 3					
Entrée	Melon ou concombre	Taboulé à la menthe		Salade du chef	Pastèque
Plat principal	Chistora	Rôti de bœuf		Poisson meunière citron	Lasagne
Accompagnement	Lentilles	Etuvée de légumes		Epinards à la crème	***
Produit laitier	Camembert			Fromage blanc sucré	
Dessert		Pêche			Liégeois vanille

Info de la semaine

Depuis Dimanche, c'est **L'ETE !**

Compositions des plats

Salade du chef : riz, tomate, épaule de porc, oeuf /



Semaine n° 27

du 29 Juin au 3 Juillet 2015

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 4					
Entrée	Carottes râpées	Tomate vinaigrette		Salade de pdterre mais	Melon
Plat principal	Filet de lieu sauce hollandaise	Poulet rôti		Steack haché sauce tomates	Jambon
Accompagnement	Semoule	Petits-pois à la française		Haricots verts ou plats	Chips
Produit laitier	Fondu président			Yaourt aromatisé	
Dessert		Roulé à la confiture			Glace

Repas de sortie !



Info de la semaine

Bonnes vacances !

Compositions des plats

Salade pastourelle : pâte, poivron, tomate / Albondigas : boulette de boeuf sauce tomate



En souligné les fruits et légumes frais de saison, fruit indiqué selon sa disponibilité