

Normal	
Régime	

JUILLET 2024

Veillez indiquer par jour vos choix : classique, froid, alternatif ou végétarien

		nbr	** Semaine du lundi 01 au dimanche 07 **	allergènes
Lu 01	Classique		Cuisse de poulet fenouil, pdt	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Filet de Quorn, courgettes, riz	Gluten(blé), œufs, céleri
	Froid		Salade liégeoise (haricots, lardons et pdt)	Œufs, céleri, moutarde
Ma 02	Classique		Boulette de volaille, compote, pdt rôties	Œufs, soja, céleri, gluten (blé, orge)
	Végé		Filet de Quorn, courgettes, riz	Gluten(blé), œufs, céleri
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
Me 03	Classique		Spiringue de porc, courgettes, riz	Gluten(blé, orge), soja, lait, céleri, moutarde
	Végé		Filet de Quorn, courgettes, riz	Gluten(blé), œufs, céleri
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
Je 04	Classique		Pâtes Bolognaise (bœuf) (tomates, carottes), fromage râpé	Gluten(blé), céleri, lait, soja, œufs
	Végé		Omelette, potimarrons, pdt	Œufs, lait, céleri
	Froid		Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
Ve 05	Classique		Filet de Cabillaud, sauce curry, potimarrons, purée nature	Poissons, lait, soja, céleri, gluten(blé, seigle), moutarde
	Végé		Omelette, potimarrons, pdt	Œufs, lait, céleri
	Froid		Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
Sa 06	Classique		Hachis Parmentier (porc) aux épinards	Gluten(blé), lait, céleri
	Végé		Omelette Potimarrons, pdt	Œufs, lait, céleri
	Froid		Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Di 07	Classique		Ragoût de bœuf à la Provençale, croquettes	Gluten (blé), céleri, lait, soja
	Végé		Omelette Potimarrons, pdt	Œufs, lait, céleri
	Froid		Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Alternatif			Omelette, potée aux carottes	Céleri, lait, œufs

		nbr	** Semaine du lundi 08 au dimanche 14 **	allergènes
Lu 08	Classique		Vol au vent (champignons), purée	Céleri, gluten(blé, orge), lait, œufs
	Végé		Couscous de légumes du Chef aux pois chiches, semoule	Gluten(blé), céleri
	Froid		Salade de pâtes aux légumes	Gluten(blé), lait, céleri
Ma 09	Classique		Boulette(porc), ratatouille, pdt	Gluten blé, orge, céleri, œufs, lait, soja
	Végé		Couscous de légumes du Chef aux pois chiches, semoule	Gluten(blé), céleri
	Froid		Pain de viande (porc), crudités, dressing, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
Me 10	Classique		Merguez(bœuf-agneau), couscous de légumes du chef aux pois chiches	Gluten(blé), œufs, soja, céleri, moutarde
	Végé		Couscous de légumes du Chef aux pois chiches, semoule	Gluten(blé), céleri
	Froid		Pain de viande(porc), crudités, dressing, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
Je 11	Classique		Macaroni jambon-fromage, petits pois	Gluten (blé), céleri, lait
	Végé		Macaroni sauce au fromage et petits pois	Gluten(blé), céleri, lait
	Froid		Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Ve 12	Classique		Filet de lieu noir, purée de potimarrons	Poissons, soja, lait, gluten,(blé, seigle), céleri
	Végé		Macaroni sauce au fromage et petits pois	Gluten(blé), céleri, lait
	Froid		Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Sa 13	Classique		Burger de bœuf, poireaux à la crème, pdt	Gluten(blé), orge, lait, soja, céleri
	Végé		Macaroni sauce fromage et petits pois	Gluten(blé), céleri, lait
	Froid		Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
Di 14	Classique		Navarin d'agneau(carottes, tomates), rösti	Gluten(blé), lait, céleri
	Végé		Macaroni sauce au fromage et petits pois	Gluten(blé), céleri, lait
	Froid		Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
Alternatif			Lasagne Bolognaise (bœuf)	Gluten(blé), céleri, lait, soja, œufs

		nbr	** Semaine du lundi 15 au dimanche 21 **	allergènes
Lu 15	Classique		Filet de poulet, courgettes aux herbes, pdt nature	Gluten(blé, orge), œufs, soja, céleri
	Végé		Burger végétarien, courgettes, pdt	Gluten(blé, orge, œufs, soja, lait, céleri, moutarde)
	Froid		Salade liégeoise(haricots, lardons et pdt)	Œufs, céleri, moutarde

Ma 16	Classique	Roulade de chicons au jambon, purée persillée	Gluten(blé), céleri, lait
	Végré	Burger végétarien courgettes, pdt	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
Me 17	Classique	Pain de viande(porc), sauce Liégeoise, céleri-rave, pdt	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri
	Végré	Burger végétarien, courgettes, pdt	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
Je 18	Classique	Pâtes Matriciana (tomates, champignons), dés de poulet	Gluten(blé), céleri, lait
	Végré	Omelette, coulis de légumes, navets, sauce tomate, quinoa	Œufs, lait, céleri
	Froid	Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
Ve 19	Classique	Filet de saumon, navets, sauce tomate, quinoa	Poissons, céleri
	Végré	Omelette, coulis de légumes, navets, sauce tomate, quinoa	Œufs, céleri, lait
	Froid	Œufs durs, crudités, dressing ,pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
Sa 20	Classique	Saucisse(porc), chou-fleur, pdt	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Végré	Omelette, coulis de légumes, navets, sauce tomate, quinoa	Œufs, lait, céleri
	Froid	Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Di 21	Classique	Rosbif, haricots verts, gratin dauphinois	Gluten (blé, orge), soja, lait, céleri
	Végré	Omelette, coulis de légumes, navets, sauce tomate, Quinoa	Œufs, lait, céleri
	Froid	Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Alternatif		Filet de poulet, potée aux carottes	Gluten, (blé, orge,)œufs, soja, lait, céleri

	nbr	** Semaine du lundi 22 au dimanche 28 **	allergènes
Lu 22	Classique	Cuisse de poulet, brocoli, pdt	Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri
	Végré	Omelette, coulis de légumes, potée aux épinards	Œufs, lait, céleri
	Froid	Salade de pâtes aux légumes	Gluten , lait, céleri
Ma 23	Classique	Boulette de volaille, potée aux épinards	Gluten(blé, orge)œufs, soja, lait, céleri
	Végré	Omelette, coulis de légumes, potée aux épinards	Œufs, lait, céleri
	Froid	Pain de viande(porc), crudités, dressing, pdt	Gluten, œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
Me 24	Classique	Courgettes farcie(porc), riz	Gluten(blé), soja, lait, œufs, céleri
	Végré	Omelette, coulis de légumes, potée aux épinards	Œufs, lait, céleri
	Froid	Pain de viande(porc), crudités, dressing, pdt	Gluten, œufs, soja, lait, céleri, moutarde , sulfites
Je 25	Classique	Pâtes Bolognaise (bœuf) (tomates, carottes), fromage râpé	Gluten(blé), céleri, lait, soja, œufs
	Végré	Pâtes sauce tomates aux lentilles, fromage râpé	Gluten, céleri , lait
	Froid	Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Ve 26	Classique	Waterzooi de poissons (céleri-rave, poireaux, carottes), pdt	Poissons, céleri, soja, lait, gluten, (blé, seigle)
	Végré	Pâtes sauce tomates aux lentilles, fromage râpé	Gluten(blé), céleri, lait
	Froid	Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Sa 27	Classique	Filet de poulet, bettes à la crème, pdt nature	Gluten,(blé, orge), soja, lait, céleri, œufs
	Végré	Pâtes sauce tomates aux lentilles, fromage râpé	Gluten (blé), céleri, lait
	Froid	Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten, crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
Di 28	Classique	Osso bucco(veau), risotto aux petits légumes	Céleri
	Végré	Pâtes sauce tomates aux lentilles, fromage râpé	Gluten(blé), céleri, lait
	Froid	Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten, crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
Alternatif		Saucisse (porc-bœuf), compote, purée	Gluten(blé, orge)œufs, lait, soja

	nbr	** Semaine du lundi 29 au mercredi 31 **	allergènes
Lu 29	Classique	Filet de poulet, salsifis persillés, pdt nature	Gluten(blé, orge), céleri, œufs, soja
	Végré	Burger végétarien, haricots verts, purée nature	Gluten(blé, orge)œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Salade liégeoise, haricots verts, purée nature	Œufs, céleri, moutarde
Ma 30	Classique	Saucisse(porc),haricots verts, purée nature	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Végré	Burger végétarien, haricots verts, purée nature	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
Me 31	Classique	Burger de bœuf, riz aux légumes	Gluten(blé, orge), lait, soja, céleri
	Végré	Burger végétarien, haricots verts, purée nature	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
Alternatif		Vol au vent (champignons), riz	Céleri, gluten(blé), lait, œufs

Au four à micro-ondes : Pour réchauffer le potage et le plat : perforer le feuillet en plastique transparent et réchauffer au four micro-ondes durant **3 minutes au plus haut niveau**.

Au four traditionnel : Inutile d'enlever le film protecteur, placez le plat tel quel dans le four préchauffé à **100° pendant 20 minutes**. Pour le potage : réchauffer dans un poêlon ou au four à micro-ondes.

Pour toute commande ou modification, veuillez appeler 7 jours calendrier à l'avance

***** TOUT PLAT COMMANDE SERA FACTURE *****