



# JANVIER 2025

Normal	
Régime	

**Indiquez par jour vos choix : classique, froid, alternatif ou végétarien**

		nbr	** Semaine du mercredi 01 au dimanche 05 **	allergènes
<b>Mer</b> <b>01</b> FERME	Classique		Navarin d'agneau, choux de Bruxelles, croquettes	Gluten(blé), lait, céleri
	Végré		Burger végétarien, chou rouge, pdt nature	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
<b>Je</b> <b>02</b> FERME	Classique		Pâtes, sauce crémée aux épinards, 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
<b>Ve</b> <b>03</b>	Classique		Filet de saumon, navets, sauce tomate, quinoa	Poissons, céleri
	Végré		Omelette, coulis de légumes, navets, sauce tomate, quinoa	Œufs, lait, céleri
	Froid		Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Sa</b> <b>04</b>	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
<b>Di</b> <b>05</b>	Classique		Rosbif, champignons, 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), œufs, soja, lait, céleri

		nbr	** Semaine du lundi 06 au dimanche 12 **	allergènes
<b>Lu</b> <b>06</b>	Classique		Filet de poulet, choux de Bruxelles, pdt nature	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri
	Végré		Filet de Quorn, compote de pommes, purée nature	Gluten(blé), œufs, lait, céleri
	Froid		Salade de pâtes aux légumes	Gluten(blé), lait, céleri
<b>Ma</b> <b>07</b>	Classique		Boulette de volaille, compote de pommes, purée nature	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	Végré		Filet de Quorn, compote de pommes, purée nature	Gluten(blé), œufs, lait, céleri
	Froid		Pain de viande (porc), crudités, dressing, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Me</b> <b>08</b>	Classique		Spiringue de porc, carottes, riz	Gluten(blé, orge), lait, céleri, moutarde
	Végré		Filet de Quorn, compote de pommes, purée nature	Gluten(blé), œufs, lait, céleri
	Froid		Pain de viande (porc), crudités, dressing, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Je</b> <b>09</b>	Classique		Pâtes Matriciana (tomates, champignons), dés de poulet	Gluten(blé), céleri
	Végré		Pâtes Matriciana (tomates, champignons), fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Ve</b> <b>10</b>	Classique		Filet de saumon, brocolis, pdt	Gluten(blé), poissons, soja, céleri
	Végré		Pâtes Matriciana (tomates, champignons), fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Sa</b> <b>11</b>	Classique		Hachis Parmentier (porc) aux poireaux	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	Végré		Pâtes Matriciana (tomates, champignons), fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), crustacés, lait, œufs, poisson, moutarde, céleri
<b>Di</b> <b>12</b>	Classique		Carbonnade de bœuf, croquettes	Gluten(blé), soja, lait, céleri, moutarde
	Végré		Pâtes Matriciana (tomates, champignons), fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
Alternatif			Omelette, potée aux carottes	Œufs, lait, céleri

		nbr	** Semaine du lundi 13 au dimanche 19 **	allergènes
<b>Lu</b> <b>13</b>	Classique		Cuisse de poulet à l'estragon, champignons, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	Végré		Omelette champignons, pdt	Gluten(blé), œufs, céleri, moutarde
	Froid		Salade liégeoise (haricots, lardons et pdt)	Œufs, céleri, moutarde
<b>Ma</b> <b>14</b>	Classique		Boudin blanc (porc), chou rouge aux pommes, purée	Gluten(blé), soja, céleri, moutarde
	Végré		Omelette, champignons, pdt	Gluten(blé), œufs, lait, céleri, moutarde
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
<b>Me</b> <b>15</b>	Classique		Merguez légumes couscous, semoule	Gluten(blé), œufs, soja, céleri, moutarde
	Végré		Omelette, champignons, pdt	Gluten(blé), œufs, lait, céleri, moutarde
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde

<b>Je 16</b>	<i>Classique</i>	Pâtes Bolognaise (bœuf) (tomates, carottes), fromage râpé	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	<b>Végé</b>	Pâtes sauce aux légumes et légumineuses, fromage râpé	Gluten,(blé), lait, céleri
	Froid	Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Ve 17</b>	<i>Classique</i>	Waterzooi de poissons(poireaux, céleri, carottes), pdt	Gluten(blé), poissons, soja, lait, céleri
	<b>Végé</b>	Pâtes sauce aux légumes et légumineuses, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid	Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Sa 18</b>	<i>Classique</i>	Pain de viande(porc), céleri-rave et panais, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	<b>Végé</b>	Pâtes aux légumes et légumineuses, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid	Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Dim 19</b>	<i>Classique</i>	Lapin aux pruneaux, potimarrons, pommes duchesses	Gluten(blé), soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
	<b>Végé</b>	Pâtes sauce aux légumes et légumineuses, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid	Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pommes de terre	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Alternatif</b>		Saucisse(porc-bœuf), compote, purée	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde

	<i>nbr</i>	<b>** Semaine du lundi 20 au dimanche 26 **</b>	<b>allergènes</b>
<b>Lu 20</b>	<i>Classique</i>	Filet de poulet, épinards à la crème, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	<b>Végé</b>	Haricots blancs, épinards à la crème, pdt	Gluten,(blé), lait, céleri
	Froid	Salade de pâtes aux légumes	Gluten(blé), lait, céleri
<b>Ma 21</b>	<i>Classique</i>	Chicons au jambon, pdt persillées	Gluten(blé), lait, céleri
	<b>Végé</b>	Haricots blancs, épinards à la crème, pdt	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid	Pain de viande(porc), crudités, dressing, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Me 22</b>	<i>Classique</i>	Saucisse(porc), poireaux à la crème, riz	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	<b>Végé</b>	Haricots blancs, épinards à la crème, pdt	Gluten,(blé), lait, céleri
	Froid	Pain de viande(porc), crudités, dressing, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Je 23</b>	<i>Classique</i>	Pâtes sauce potiron et lardinettes de dinde	Gluten(blé), céleri, lait
	<b>Végé</b>	Burger végétarien, potée carottes	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Ve 24</b>	<i>Classique</i>	Filet de Colin, potée aux carottes	Gluten (blé), poissons, soja, lait, céleri, moutarde
	<b>Végé</b>	Burger végétarien, potée carottes	Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Sa 25</b>	<i>Classique</i>	Sauté de porc, haricots verts, purée	Gluten(blé, orge), lait, céleri, moutarde
	<b>Végé</b>	Burger végétarien, potée carottes	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
<b>Dim 26</b>	<i>Classique</i>	Blanquette de veau (carottes-oignons), pommes rösti	Gluten(blé), lait, céleri, moutarde
	<b>Végé</b>	Burger végétarien, potée carottes	Gluten( blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Froid	Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
<b>Alternatif</b>		Vol-au-vent, champignons, riz	Gluten(blé), œufs, lait, céleri

	<i>nbr</i>	<b>** Semaine du lundi 27 et vendredi 31 **</b>	<b>allergènes</b>
<b>Lu 27</b>	<i>Classique</i>	Cuisse de poulet, carottes, pdt	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	<b>Végé</b>	Couscous de légumes du chef (pois chiche), semoule	Gluten(blé), céleri
	Froid	Salade liégeoise(haricots, lardons et pdt)	Œufs, céleri, moutarde
<b>Mar 28</b>	<i>Classique</i>	Choucroute garnie(saucisse Frankfort, choucroute), purée nature	Gluten (blé), lait, céleri, moutarde
	<b>Végé</b>	Couscous de légumes du Chef (pois chiche), semoule	Gluten(blé), céleri
	Froid	Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
<b>Mer 29</b>	<i>Classique</i>	Merguez légumes couscous, semoule	Gluten(blé), œufs, céleri
	<b>Végé</b>	Couscous de légumes du chef (pois chiche), semoule	Gluten(blé), céleri
	Froid	Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
<b>Jeu 30</b>	<i>Classique</i>	Pâtes Bolognaise (bœuf) (tomates, carottes), fromage râpé	Gluten(blé), œufs, soja, céleri, lait
	<b>Végé</b>	Pâtes sauce aux légumes et légumineuses, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid	Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Ven 31</b>	<i>Classique</i>	Filet de Lieu Noir, épinards à la crème, pdt	Gluten,(blé), poissons, soja, lait, céleri
	<b>Végé</b>	Pâtes sauce aux légumes et légumineuses, fromage râpé	Gluten,(blé), lait, céleri
	Froid	Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Alternatif</b>		Filet de poulet, potée aux carottes	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri

***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 \*\*\***