

Nom :  
Prénom :

Adresse / résidence :  
N°appart :



Semaine du 1 au 3 août

SEMAINE 4

| VENDREDI                    | SAMEDI                    | DIMANCHE                        |
|-----------------------------|---------------------------|---------------------------------|
| Avocat thon                 | Croque monsieur           | Macédoine                       |
| Poulet <i>sauce fermier</i> | Emincé de boeuf           | Araignée de porc <i>au thym</i> |
| lieu sauce estragon         | Omelette légumes          | Darne                           |
| Coquillettes & courgette    | Rosti & Tomate provençale | Boulgour & Romanesco            |

Semaine du 4 au 10 août

SEMAINE 5

| LUNDI                 | MARDI               | MERCREDI                 | JEUDI                    | VENDREDI             | SAMEDI               | DIMANCHE                                               |
|-----------------------|---------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------|----------------------|--------------------------------------------------------|
| Tarte légumes         | Gaspacho            | Endive                   | Salade pdt cervelas      | Tarte chèvre         | Jambon blanc         | Pastèque                                               |
| Palette à la diable   | Osso bucco de dinde | Boudin blanc             | Boulette d'agneau        | Spaghettis carbonara | Poulet à l'indienne  | Sauté de boeuf <i>aux olives</i>                       |
| Lieu sauce ciboulette | Omelette fromage    | Corolle de sol farci     | Merlan                   | Merlu                | lieu                 | Parmentier de poisson écrasé pdt & Champignons sautées |
| Semoule & courgette   | Wedge & poireau     | Haricot tomate & carotte | Gnocchi & Haricot beurre | Riz & fenouil        | Penne & flan légumes |                                                        |

Semaine 11 au 17 août

SEMAINE 1

| LUNDI             | MARDI             | MERCREDI                    | JEUDI    | VENDREDI               | SAMEDI                  | DIMANCHE                 |
|-------------------|-------------------|-----------------------------|----------|------------------------|-------------------------|--------------------------|
| Taboulé           | Rillettes poisson | Tomate feta                 | Coleslaw | Corner à la Russe      | Radis & beurre          | Melon                    |
| Poulet coco       | Boeuf boulettes   | Roti de porc à l'ancienne   | Paella   | Lapin estragon         | Sauté de dinde au curry | Veau morengo             |
| Eglefin à l'aneth | Omelettes légumes | Lieu paprika                |          | Encornet provençale    | Aile de Raie            | Sébastien jus de poivron |
| Riz & brocolis    | Torti & HV        | Semoule & tomate Provençale |          | Grenaille & chou fleur | Pois cassé & fenouil    | Boulgour & poireaux      |

Semaine du 18 au 24 août

SEMAINE 2

| LUNDI           | MARDI                    | MERCREDI          | JEUDI             | VENDREDI                    | SAMEDI                        | DIMANCHE                       |
|-----------------|--------------------------|-------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| Pastèque        | Chou rouge               | Piémontaise       | Concombre tsasiki | Charcuterie                 | Cake légumes                  | Tomate basilic                 |
| Tomate farci    | Poulet basquaise         | Hachis Parmentier | Wok poulet        | Porc au caramel             | Merguez                       | Boudin noir                    |
| courgette farci | Poisson pané             | Omelette Chorizo  | Wok crevette      | Cabillaud au citron         | Saumon Bordelaise             | Loup de mer jus de moule       |
| Riz pilaf       | Petit pois & Ratatouille | HV & Purée        |                   | Semoule & Poêlée de légumes | Riz basmati & Poivrons grillé | Farfalle & carottes à la crème |

Semaine du 25 au 31 août

SEMAINE 3

| LUNDI                 | MARDI         | MERCREDI              | JEUDI                | VENDREDI           | SAMEDI                  | DIMANCHE             |
|-----------------------|---------------|-----------------------|----------------------|--------------------|-------------------------|----------------------|
| Bruschetta salade     | Melon         | Radis beurre          | Tomate Mozza         | Pdt hareng         | Rouleau printemps       | Pana cotta saumon    |
| Escalope volaille     | Chipolata     | Poulet forestière     | Spaghetti bolognaise | Chili con carne    | Côte de porc aux herbes | Jambon grillé        |
| Sébastien piperade    | Saumonette    | Aumônière             | Spaghetti saumon     | Truite aux amandes | Tortilla                | Lieu tandoori        |
| Pdt sautées & fenouil | Lentille & HV | Riz & Purée de céleri |                      | Riz & brocolis     | Semoule & Poireau       | Mojettes & Courgette |