

Nom :
Prénom :

Adresse / résidence :
N°appart :



Semaine du 1 au 5 octobre

SEMAINE 3

MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Radis beurre	Tomate Mozza	Pdt hareng	Rouleau printemps	Pana cotta saumon
Poulet forestière	Spaghetti bolognaise	Chili con carne	Côte de porc <i>aux herbes</i>	Jambon grillé
Aumonière	Spaghetti saumon	Truite aux amandes	Tortilla	Lieu tandoori
Riz & Purée de céleri		Riz & brocolis	Semoule & Poireau	Mojette & Courgette

Semaine du 6 au 12 octobre

SEMAINE 4

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Salade de riz	Marco polo	Bettrave & mais	oeuf mimosa	Avocat thon	Croque monsieur	Macédoine
Cuisse de poulet forestière	Emincé de dinde <i>paprika</i>	Moussaka	Paupiette dinde	Emincée de boeuf	Hachis Parmentier	Araignée de porc <i>au thym</i>
HV - spaghetti	Saumon à l'oseille	Encornet à l'ail	Poisson en crouste	lieu sauce estragon	Salade	Darne
Ravioli Ricotta	Farfalle & Carotte	Riz	Lentille corail & Brocolis	Coquille & courgette	Omelette légumes Rosti	Riz & Romanesco

Semaine du 13 au 19 octobre

SEMAINE 5

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Tarte légumes	Salade de riz	Endive	Salade pdt cervelas	Tarte chèvre	Jambon blanc	Tarte veggie
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	Poisson du jour
Gartin de pdt & Brocolis	Wedge & poireau	Haricot томатé & carotte	Gnocchi & Haricot beurre	Riz & fenouil	Penne & flan légumes	Semoule & Champignons sautées

Semaine du 20 au 26 octobre

SEMAINE 1

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

Semaine du 27 au 31 octobre

SEMAINE 2

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
oeuf mayo	Chou rouge	Piémontaise	Concombre tsasiki	Charcuterie
Tomate farci	Poulet basquaise	Hachis Parmentier	Wok poulet	Porc au caramel
courgette farci	Poisson pané	Salade	Wok crevette	Cabillaud au citron
Riz	Pâtes & Ratatouille	Omelette Chorizo HV		Riz & Poêlée de légumes