

Menus de la semaine
du 23 février
au 1^{er} mars 2026



Designed by Freepik / Pixabay

	Déjeuner	Dîner
Lundi	Salade de chou rouge Poisson Epinards Fromage Semoule au lait	Avocat à la mayonnaise Chili con carne Riz Fromage blanc Poire au chocolat
Mardi	Asperges Escalope ou côte de porc Pommes de terre au four Yaourt Fruits	Salade d'endives Escalope de volaille Carottes à la crème Fromage Pâtisserie
Mercredi	Salade de boulgour Omelette espagnole Fromage à tartiner Fruits	Chou-fleur à la vinaigrette Cœur de merlu en sauce Semoule aux légumes Fromage Fruits
Jeudi	Salade de betteraves râpées Poulet Potatoes Fromage à tartiner Crème dessert	Nems ou friand Rôti de porc Haricots verts Yaourt Fruits
Vendredi	Salade de riz Moussaka au bœuf et patates douces Fromage Fruits	Potage de légumes secs Lasagnes au saumon Salade verte Yaourt
Samedi	Rosette Sauté de veau Pâtes Yaourt Fruits	Salade de pommes de terre Cuisse de poulet Flan de légumes Fromage Fruits
Dimanche	Salade de carottes et pommes râpées Poisson Poêlée de légumes Fromage Riz au lait coco	Salade composée Raviolis Yaourt Compote de fruits

Sous réserve de modifications.

Les menus sont adaptables selon les situations individuelles : allergies, régimes alimentaires...