

DU 11 JANVIER

AU 15 JANVIER

MON MENU DE LA SEMAINE

C'est décidé, je deviens organisée !



LUNDI

MÉLI MÉLO DE
CRUDITÉS

STEACK HACHÉ

HARICOTS VERTS

FROMAGE / FLAN

PÂTISSIER

MARDI

CAROTTES RAPÉES -
FROMAGE

TARTIFLETTE
VÉGÉTARIENNE

SALADE VERTE

COMPOTE DE POMMES
MAISON

MERCREDI

REPAS A LA MAISON

JEUDI

POTAGE AUX
VERMICELLES

POULE AU POT

RIZ

FROMAGE / BANANE

VENDREDI

RILLETES cornichons

POISSON FRAIS SAUCE
BEURRE CITRON

PURÉE DE POMMES DE
TERRE

YAOURT NATURE
ANANAS

SAMEDI

WEEK END

DIMANCHE



DU 18 JANVIER

AU 22 JANVIER

MON MENU DE LA SEMAINE

C'est décidé, je deviens organisée !



LUNDI

FILET DE SARDINES
BEURRE
ESCALOPE DE DINDE A
LA CRÈME
CAROTTES VICHY
LAITAGE - KIWI

MARDI

SALADE VERTE
CROUTONS
PAUPIETTE DE VEAU
SEMOULE
YAOURT AROMATISÉ
GATEAU SEC

MERCREDI

REPAS A LA MAISON

JEUDI

PAMPLEMOUSSE
POELÉE DE RIZ AUX
HARICOTS ROUGES
FROMAGE
SALADE DE FRUITS
GATEAU

VENDREDI

SALADE VERTE
CÉLERI RÉMOULADE
SPAGHETTIS A LA
CARBONARA
FROMAGE - GLACE

SAMEDI

WEEK END

DIMANCHE



DU 25 JANVIER

AU 29 JANVIER

MON MENU DE LA SEMAINE

C'est décidé, je deviens organisée !



LUNDI

BETTERAVES ROUGES -
POMMES
FILET DE POISSON PANÉ
PURÉE DE BROCOLIS
LAITAGE - GATEAU SEC

MARDI

POTAGE AUX ASPERGES
CURRY DE BUTTERNUT
ET LENTILLES
FROMAGE - POMME

MERCREDI

REPAS A LA MAISON

JEUDI

AVOCAT - SURIMI
mayonnaise
ÉMINCÉ DE COEUR DE
BOEUF
COQUILLETES
LAITAGE

VENDREDI

CREPE AU JAMBON
POULET EN ROUGAIL
BLÉ
LAITAGE - CLÉMENTINE

SAMEDI

WEEK END

DIMANCHE



DU 1 FÉVRIER

AU 5 FÉVRIER

MON MENU DE LA SEMAINE

C'est décidé, je deviens organisée !



LUNDI

POTAGE A LA TOMATES
ET VERMICELLES
ÉMINCÉ DE VEAU
PETITS POIS-CAROTTES
FROMAGE BLANC -
ANANAS

MARDI

SALADE COMPOSÉE
FILET DE POISSON
MEUNIÈRE
ROSTIS DE LÉGUMES
FROMAGE
CLÉMENTINE

MERCREDI

REPAS A LA MAISON

JEUDI

CHOUX FLEUR MIMOSA
PATES A LA
BOLOGNAISE VÉGÉTALE
CAMEMBERT / KIWI

VENDREDI

CAROTTES RAPÉES
CHIPOLATAS
FLAGEOLETS
FROMAGE
COMPOTE MAISON

SAMEDI

WEEK END

DIMANCHE



DU
AU

8 FÉVRIER

12 FÉVRIER

MON MENU DE LA SEMAINE

C'est secuté, je deviens organisée !



LUNDI

BETTERAVES ROUGES
POMMES
PIZZA AUX 3 FROMAGES
SALADE VERTE
YAOURT MIXÉ AUX
FRUITS

MARDI

SALADE BI COLOR
BROCHETTE MÉDINA
POMMES DE TERRE
SAUTÉES
FROMAGE
ÉCLAIR AU CHOCOLAT

MERCREDI

REPAS A LA MAISON

JEUDI

PIÉMONTAISE
POISSON A LA TOMATE
POELÉE DE COURGETTES
FROMAGE / POMME

VENDREDI

SALADE VERTE - OEUF
DUR
CHILI CON CARNE
HARICOTS ROUGES
FROMAGE
BANANE

SAMEDI

WEEK END

DIMANCHE

BON
APPETIT !