

# MENU DU MOIS DE JANVIER 2024

**Attention !!!** Les menus peuvent varier en fonction des livraisons et des DLC

MENU RÉALISÉ PAR DIÉTÉTICIENNE



|  | ⊖ surgelé                      | ● produits frais  | ◆ fait maison  | Δ circuit court         | ■ cru  | ⊠ épicerie / conserves  |  |                            |  |
|--|--------------------------------|---|--|-------------------------|--|-------------------------|--|----------------------------|--|
| <b>Menu mis à jour le : 22/12/2023</b> |                                |   |  |                         |  |                         |  |                            |  |
| Semaine du 08 au 12<br>JANVIER         | <b>Lundi 08 janvier</b>        | Asperges vinaigrette ⊠<br>Dos de merlu/sauce citronnée ⊖◆ | Riz ⊠<br>Petits suisses ●Δ   | <b>Mardi 09 janvier</b> | Salade de betteraves ⊠<br>Aiguillettes de poulet ⊖■<br>Haricots à la tomate ⊠<br>Gouda ●Δ<br>Compote ⊠ | <b>Jeudi 11 janvier</b> | Mousse de foie ●<br>Poisson pané ⊖<br>Epinards à la crème ⊖◆<br>Edam ●<br>Galette des rois ●Δ        | <b>Vendredi 12 janvier</b> | Taboulé ●<br>Croque-fromage ⊖<br>Haricots beurre ⊠<br>Gaufrette chocolat ⊠                             |
|  | Semaine du 15 au 19<br>JANVIER | <b>Lundi 15 janvier</b>                                   | Champignons à la crème<br>Rôti de porc ●Δ■<br>Coqui tradi ⊠Δ<br>Fromage blanc ●                | <b>Mardi 16 janvier</b> | Macédoine/surimi ⊠⊖◆<br>Chipolatas ●Δ■<br>Purée de pois cassés ⊠◆<br>St Paulin ●Δ<br>Poire ●           | <b>Jeudi 18 janvier</b> | Laitue aux noix ●◆<br>Paupiettes de veau ⊖<br>Petits pois/carottes ⊠<br>Cake nature ⊠                | <b>Vendredi 19 janvier</b> | Carottes rapées ◆◆<br>Omelette au gruyère ◆◆Δ<br>Ratatouille ⊠<br>Tarte normande ⊖                     |
| Semaine du 22 au 26<br>JANVIER         |                                | <b>Lundi 22 janvier</b>                                   | Salade strasbourgeoise ◆◆Δ<br>Rôti de dindonneau Δ■●<br>Salsifis ⊠<br>Mont cadi ●Δ<br>Pomme ●  | <b>Mardi 23 janvier</b> | Endives/dés emmental ●◆<br>Steak hachés ⊖■<br>Lentilles ⊠◆<br>Crème vanille ⊠◆                         | <b>Jeudi 25 janvier</b> | Salade Marco Polo ⊠⊖◆<br>Filet de poulet ●Δ■<br>Carottes au beurre ⊠●<br>Emmental ●Δ<br>Clémentine ● | <b>Vendredi 26 janvier</b> | Salade de betteraves/fêta ⊠◆◆<br>Pané de blé ⊖<br>Trio légumes aus carottes jaunes ⊖<br>Riz au lait ⊠◆ |
|  | Semaine du 29 au 02<br>fevrier | <b>Lundi 29 janvier</b>                                   | Salade piémontaise ●<br>Dos de colin/beurre blanc ⊖◆◆<br>Brocolis ⊖<br>Mimolette ●Δ<br>Poire ● | <b>Mardi 30 janvier</b> | Duo rapé chou/gruyère<br>Daube de bœuf ●■Δ◆<br>Semoule ⊠<br>Crème mangue/abricot                       | <b>Jeudi 01 février</b> | Salade mâche/croûtons ●◆◆<br>Poulet au curry ●Δ◆<br>Riz ⊠<br>Yaourts brassés aux fruits              | <b>Vendredi 02 février</b> | Friands au fromage ⊖<br>Œufs/sauce cuisinée<br>Pâtes torsade ⊠<br>Banane ●                             |