



Cette semaine dans mon assiette

Menus du 4 au 8 mars

Lundi 4

Entrée

Carottes râpées

Plat

Saucisses
aux lentilles
Steak de soja
Lentilles

Produit laitier

Fromage

Dessert

Crème dessert
au chocolat

Goûter

Biscuit palmier
Yaourt nature
Jus multifruit

Mardi 5

Entrée

Salade de quinoa

Plat

Bœuf bourguignon
Omelette nature
Carotte
Riz

Produit laitier

Fromage

Dessert

Fruit

Goûter

Barre de céréales
Yaourt sucré
Jus de raisin

Mercredi 6

Entrée

Paté de campagne
Œuf dur

Plat

Colombo de volaille
Friand au fromage
Choux fleurs

Produit laitier

Fromage

Dessert

Gaufre nature

Goûter

Barre bretonne
Fruit
Jus d'ananas

Jeudi 7

Entrée

Velouté de potiron

Plat

Tajine de boulettes
de soja
Semoule

Produit laitier

Madeleine

Dessert

Yaourt aux fruits

Goûter

Gaufre
Yaourt
Compote de pommes

Vendredi 8

Entrée

Œuf dur

Plat

Brandade de poisson
Salade verte

Produit laitier

Yaourt aux fruits

Dessert

Gâteau au chocolat

Goûter

Moelleux
Barre de chocolat
Lait



ASNIÈRES-SUR-OISE
entre Nature et Histoire

Cette semaine dans mon assiette

Menus du 11 au 15 mars

Lundi 11

Entrée

Betteraves

Plat

Lasagnes
ricotta et épinards

Produit laitier

Fromage

Dessert

Yaourt
brassé framboise

Mardi 12

Entrée

Emincé bicolore

Plat

Pavé de poisson
Pâtes

Produit laitier

Fromage

Dessert

Mousse au chocolat

Mercredi 13

Entrée

Salade de pâtes

Plat

Jambon grillé
Omelette
Haricots verts
Purée de
pomme de terre

Produit laitier

Fromage

Dessert

Compote
pomme-abricot

Jeudi 14

Entrée

Accras de morue

Plat

Boulette de veau
Boulette de soja
Pommes de terre
Carottes aux épices

Produit laitier

Yaourt sucré

Dessert

Biscuits



Vendredi 15

Entrée

Velouté de tomates

Plat

Dos de colin
Purée de brocolis

Produit laitier

Fromage

Dessert

Eclair au chocolat

Goûter

Galette bretonne
Fromage blanc
Jus de raisin

Goûter

Gaufrette
Yaourt aromatisé
Jus d'orange

Goûter

Brioche tranchée
Barre de chocolat
Jus de pomme

Goûter

Biscuit fourré vanille
Fruit frais
Lait au chocolat

Goûter

Moelleux au chocolat
Yaourt sucré
Compote pommes

Cette semaine dans mon assiette

Menus du 18 au 22 mars

Lundi 18

Entrée

Velouté de légumes

Plat

Paupiette de veau
Tortellinis
ricotta et épinards
Farfalles

Produit laitier

Fromage

Dessert

Cocktail de fruits

Goûter

Pain au lait
Confiture

Mardi 19

Entrée

Œuf dur

Plat

Sauce de volaille
Crêpe au fromage
Petits pois

Produit laitier

Fromage

Dessert

Fruit frais

Goûter

Biscuit vanille
Yaourt nature

Mercredi 20

Entrée

Blé

Plat

Tarte butternut
Salade verte

Produit laitier

Yaourt aux fruits

Dessert

Gâteau basque

Goûter

Fruit frais
Lait

Jeudi 21

Entrée

Carottes râpées

Plat

Couscous
boulettes de soja
Semoule

Produit laitier

Fromage

Dessert

Fruit frais

Goûter

Galette bretonne
Fromage blanc sucré

Vendredi 22

Entrée

Saucisson ail

Plat

Gratin de poisson
Riz
Haricots verts

Produit laitier

Fromage

Dessert

Purée de
pomme-poire

Goûter

Moelleux au chocolat
Yaourt sucré



Cette semaine dans mon assiette

Menus du 25 au 29 mars

Lundi 25

Entrée

Salade basque

Plat

Escalope de volaille
Tarte au fromage
Haricots beurre

Produit laitier

Fromage

Dessert

Fruit frais

Mardi 26

Entrée

Emincé bicolore

Plat

Haché au boeuf
Steak de soja
Frites

Produit laitier

Yaourt sucré

Dessert

Galette bretonne

Mercredi 27

Entrée

Œuf dur

Plat

Cari de volaille
Bouchée forestière
Riz
Haricots verts

Produit laitier

Fromage

Dessert

Crème dessert
au chocolat

Jeudi 28

Entrée

Betteraves

Plat

Gratin de pâtes

Produit laitier

Fromage

Dessert

Fromage blanc

Vendredi 29

Entrée

Macédoine

Plat

Beignets au calamar
Epinards béchamel

Produit laitier

Fromage

Dessert

Gâteau aux pommes

Goûter

Gaufre
Fruit

Goûter

Barre bretonne
Yaourt sucré

Goûter

Brioche
Chocolat au lait

Goûter

Moelleux abricot
Fromage blanc

Goûter

Gaufrette
Yaourt nature