

## MENU SEMAINE 2

*Du lundi 8 au vendredi 12 janvier 2018*

Menu



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	Carottes râpées Brandade Fromage blanc Compote	Artichaut Gnocchi ricotta épinard St moret Pomme	Salade de quinoa Rôti dinde SV filet poisson Fondu de poireau Faisselle Fruits rouges	Salade de choux Saucisse chevreuil (trans déjà) S.V Paupiette de la mer Riz Brie Litchi	Cèleri rémoulade Pot au feu de bœuf SV pot au feu de la mer Tomme de montagne Gâteau semoule
Soir	Salade d'haricots rouges Curry de veau SV curry poisson Broccolis persillé Yaourt aux fruits Clementines	Salade verte Pâtes bolognaises SV pates au poisson Fromage rapé Fruits au sirop	Endive Steak végété Poêlé légume d'hiver Comté Poire	Pizza Pavé Saumon baie Purée potiron Petit suisse Kiwi	<b>Légende :</b> <div style="display: flex; flex-direction: column; gap: 5px;"> <div><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #90EE90; border: 1px solid black;"></span> Fruit ou légume cru</div> <div><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #008000; border: 1px solid black;"></span> Fruits ou légumes</div> <div><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF0000; border: 1px solid black;"></span> Viande, poisson,</div> <div><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF8C00; border: 1px solid black;"></span> Féculent</div> <div><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #00BFFF; border: 1px solid black;"></span> Produit laitier</div> <div><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF69B4; border: 1px solid black;"></span> Pâtisserie et produit</div> </div>

La cuisine se tient à votre disposition pour vous informer sur : les allergènes présents dans les plats servis, et les Viandes Bovines (d'origines France ou EU)

## MENU DIABETIQUE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Carottes râpées  <b>300g Brandade (30g)</b>                      Fromage blanc                      1 sachet de sucre (8g)                      Compote (15g)                      5 tranches de pain (50g)</p> <p><b>Total glucides = 103g</b></p>	<p>Artichaut  <b>350g Gnocchi ricotta</b>                      épinard (50g)                      St moret                      4 tranches de pain                      (40g)                      Pomme (13g)</p> <p><b>Total glucides = 103g</b></p>	<p><b>200g Salade de quinoa</b>                      (40g)  <b>Rôti dinde</b>                      Fondu de poireau                      Faisselle  <b>1 sachet de sucre (8g)</b>                      4 tranches de pain                      (40g)                      150g Fruits rouges                      (10g)</p> <p><b>Total glucides = 98g</b></p>	<p>Salade de choux  <b>Saucisse chevreuil</b>                      (trans déjà)                      200g Riz (60g)                      Brie                      2 tranches de pain (10g)                      100g Litchi (15g)</p> <p><b>Total glucides = 95g</b></p>	<p>Cèleri rémoulade  <b>300g Pot au feu de</b>  <b>bœuf (20g)</b>                      Tomme de montagne                      6 tranches de pain (60g)  <b>100g Gâteau semoule</b>                      (20g)</p> <p><b>Total glucides = 100g</b></p>
Soir	<p><b>200g Salade d'haricots</b>                      rouges (26g)  <b>Curry de veau</b>                      Brocolis persillé  <b>Yaourt aux fruits (18g)</b>                      4 tranches de pain (40g)                      2 Clementines (15g)</p> <p><b>Total glucides = 99g</b></p>	<p>Salade verte  <b>350g Pâtes bolognaises</b>                      (50g)                      Fromage rapé                      3 tranches de pain                      (30g)                      100g Fruits au sirop                      (15g)</p> <p><b>Total glucides = 95g</b></p>	<p>Endive                      Steak végé (15g)                      300g Poêlé légume                      d'hiver (15g)                      Comté                      5 tranches de pain                      (50g)                      Poire (13g)</p> <p><b>Total glucides = 93g</b></p>	<p><b>180g = 2 tranches</b>                      Pizza (45g)  <b>Pavé Saumon baie</b>                      Purée potiron                      Petit suisse  <b>1 sachet de sucre (8g)</b>                      3 tranches de pain (30g)                      2 Kiwis (13g)</p> <p><b>Total glucides = 96g</b></p>	<p><b>Légende :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #90EE90; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Fruit ou légume cru</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #008000; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Fruits ou légumes</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF0000; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Viande, poisson,</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF8C00; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Féculent</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #00BFFF; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Produit laitier</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF69B4; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Pâtisserie et produit</li> </ul>

## MENU HYPOCALORIQUE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Carottes râpées 1 cuillère à café de sauce 250g Brandade Fromage blanc avec la compote 1 tranche de pain</p>	<p>Artichaut 1 cuillère à café de sauce 200g Gnocchi nature + épinard St moret Pomme 1 tranche de pain</p>	<p>150g Salade de quinoa Rôti dinde Fondu de poireau Faiselle 1 cuillère à café de sucre Fruits rouges 1 tranche de pain</p>	<p>Salade de choux Paupiette de la mer 200g Riz Brie Fruit 1 tranche de pain</p>	<p>Cèleri rémoulade Pot au feu de bœuf SV pot au feu de la mer Tomme de montagne Fruit 2 tranches de pain</p>
Soir					<p style="text-align: center;"><b>Légende :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #90EE90; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Fruit ou légume cru</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #008000; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Fruits ou légumes</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF0000; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Viande, poisson,</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF8C00; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Féculent</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #00BFFF; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Produit laitier</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF69B4; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Pâtisserie et produit</li> </ul>