



## SEMAINE 38

Du lundi 18 au vendredi 22 septembre 2023

Début des semaines européennes du développement durable, du 18 septembre au 8 octobre  
 Pour cette occasion, de nombreuses initiatives pour promouvoir le développement durable sont organisées dans toute l'Europe.



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	Artichaut vinaigrette V : Pâtes Bolognaise SPC : Pâtes So'Bolo Fromage râpé Liégeois aux fruits	Pizza 4 fromages V : Aioli de poisson SPC : Aioli de haricot blanc Petit suisse Panier de fruits	Carottes râpées Tartiflette (sans viande) Yaourt Cookie géant	Taboulé V : Sauté de porc de l'automne SPC : Pavé haricot coco automne Brocoli Camembert Panier de fruits	Salade composées (noix/bleu) V : Poutine poulet SPC : Poutine québécoise Cheddar Pancake
Soir	Galette fromagère Ratatouille Babybel Panier de fruits	Salade verte V : Tacos SPC : Burrito del campo Gouda Compote	Macédoine V : Bœuf bourguignon SPC : Œufs pochés en meurette Riz pilaf Bûche de chèvre Panier de fruits	Concombre à la bulgare V : Poisson sauce citron SPC : Biryani de légumes Poêlé de légumes Faisselle	Légende : <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, œuf</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>

### L'origine des produits

SPC : sans protéine carnée



\* « cuisiné ici » recette incluant des produits toléré sous réserve

## MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 90g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Artichaut vinaigrette  <b>V</b> : 200g Pâtes (50g) + Bolognaise                      SPC : 200g Pâtes (50g) So'Bolo (7g)                      Fromage râpé                      Liégeois aux fruits (16g)                      2 tranches de pain (20g)</p> <p><b>V</b> : Total glucide = 86g  <b>SV</b> : Total glucide = 93g</p>	<p>90g Pizza 4 fromages (22.5g)  <b>V</b> : Aioli de poisson ± <b>100g Riz</b> (30g)                      SPC : Aioli de haricot blanc (12g) + <b>50g Riz</b> (15g)                      2 Petit suisse + 1 sachet de sucre (8g)                      Fruit SAUF Banane (13g)                      2 tranches de pain (20g)</p> <p><b>V</b> : Total glucide = 93.5g  <b>SV</b> : Total glucide = 90.5g</p>	<p>100g Carottes râpées (7.5g)                      275g Tartiflette (sans viande) (21.45g)                      Yaourt + 1 sachet de sucre (8g)                      1 Cookie géant (28.3g)                      2 tranches de pain (20g)</p> <p><b>Total glucide = 85.25g</b></p>	<p>100g Taboulé (25g)  <b>V</b> : Sauté de porc de l'automne + <b>100g Pâtes</b> (25g)                      SPC : Pavé haricot coco automne (18.75g) + <b>40g Pâtes</b> (10g)                      Brocoli                      Camembert                      1 Banane (20g)                      2 tranches de pain (20g)</p> <p><b>V</b> : Total glucide = 90g  <b>SV</b> : Total glucide = 93.75g</p>	<p>Salade composées (noix/bleu)  <b>V</b> : 250g Poutine poulet (37.5g)                      SPC : 250g Poutine québécoise (37.5g)                      Cheddar                      3 Pancakes (34.5g)                      2 tranches de pain (20g)</p> <p><b>Total glucide = 92g</b></p>
Soir	<p>1 Galette fromagère (20g)                      Ratatouille                      Babybel                      1 Banane (20g)                      + <b>1 compote</b> (15g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>V</b> : Total glucide = 85g</p>	<p>Salade verte  <b>V</b> : Tacos (60g)                      SPC : Burrito del campo (66g)                      Gouda                      Compote (15g)                      1 tranche de pain (10g)</p> <p><b>V</b> : Total glucide = 85g  <b>SV</b> : Total glucide = 91g</p>	<p>100g Macédoine (5.6g)  <b>V</b> : Bœuf bourguignon                      SPC : Œufs pochés en meurette                      150g Riz pilaf (45g)                      Bûche de chèvre                      Banane (20g)                      2 tranches de pain (20g)</p> <p><b>Total glucide = 90.6g</b></p>	<p>Concombre à la bulgare  <b>V</b> : Poisson sauce citron ± <b>170g riz</b> (51g)                      SPC : Biryani de légumes (form) (15g) + <b>110g riz</b> (33g)                      Poêlé de légumes                      Faisselle + 1 sachet de sucre (8g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>V</b> : Total glucide = 89g  <b>SV</b> : Total glucide = 86g</p>	<p>Légende :</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, œuf</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> <p>SPC : sans protéine carnée</p>

\*1 tranche de pain = 20g de pain

## MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 100g

	Lundi	Mardi	Mercred	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Artichaut vinaigrette  <b>V : 200g Pâtes (50g) + Bolognaise</b>                      SPC : 200g Pâtes (50g)                      So'Bolo (7g)                      Fromage râpé                      Liégeois aux fruits (16g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>V : Total glucide = 96g</b>  <b>SV : Total glucide = 103g</b></p>	<p>90g Pizza 4 fromages (22.5g)  <b>V : Aioli de poisson ± 100g Riz (30g)</b>                      SPC : Aioli de haricot blanc (12g) <b>+ 50g Riz (15g)</b>                      2 Petit suisse + 1 sachet de sucre (8g)                      Fruit SAUF Banane (13g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>V : Total glucide = 103.5g</b>  <b>SV : Total glucide = 100.5g</b></p>	<p>100g Carottes râpées (7.5g)                      275g Tartiflette (sans viande) (21.45g)                      Yaourt + 1 sachet de sucre (8g)                      1 Cookie géant (28.3g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>Total glucide = 95.25g</b></p>	<p>100g Taboulé (25g)  <b>V : Sauté de porc de l'automne + 100g Pâtes (25g)</b>                      SPC : Pavé haricot coco automne (18.75g)  <b>+ 40g Pâtes (10g)</b>                      Brocoli                      Camembert                      1 Banane (20g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>V : Total glucide = 100g</b>  <b>SV : Total glucide = 103.75g</b></p>	<p>Salade composées (noix/bleu)  <b>V : 250g Poutine poulet (37.5g)</b>                      SPC : 250g Poutine québécoise (37.5g)                      Cheddar                      3 Pancakes (34.5g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>Total glucide = 102g</b></p>
Soir					<p style="text-align: center;">Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #92d050; margin-right: 5px;"></span> Fruit ou légume cru</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #00b050; margin-right: 5px;"></span> Fruits ou légumes</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #ff0000; margin-right: 5px;"></span> Viande, poisson, œuf</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #ffa500; margin-right: 5px;"></span> Féculent</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #00bfff; margin-right: 5px;"></span> Produit laitier</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #ff69b4; margin-right: 5px;"></span> Pâtisserie et produit</li> </ul>

\*1 tranche de pain = 20g de pain

## MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 110g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Artichaut vinaigrette  <b>V : 200g Pâtes (50g) + Bolognaise</b>                      SPC : 190g Pâtes (47.5g)                      So'Bolo (7g)                      Fromage râpé                      Liégeois aux fruits (16g)  <b>+ 1 compote (15g)</b>                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>V : Total glucide = 111g</b>  <b>SV : Total glucide = 115.5g</b></p>	<p>90g Pizza 4 fromages (22.5g)  <b>V : Aioli de poisson ± 100g Riz (30g)</b>                      SPC : Aioli de haricot blanc (12g) <b>+ 50g Riz (15g)</b>                      2 Petit suisse + 1 sachet de sucre (8g)                      Banane (20g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>V : Total glucide = 110.5g</b>  <b>SV : Total glucide = 107.5g</b></p>	<p>100g Carottes râpées (7.5g)                      275g Tartiflette (sans viande) (21.45g)                      Yaourt + 1 sachet de sucre (8g)                      1 Cookie géant (28.3g)                      3 tranches de pain (30g)                      Fruit SAUF Banane (13g)  <b>Total glucide = 108.25g</b></p>	<p>100g Taboulé (25g)  <b>V : Sauté de porc de l'automne + 100g Pâtes (30g)</b>                      SPC : Pavé haricot coco automne (18.75g)  <b>+ 40g Pâtes (15g)</b>                      Brocoli                      Camembert                      1 Banane (20g)                      3 tranches de pain (30g)</p> <p><b>V : Total glucide = 105g</b>  <b>SV : Total glucide = 108.75g</b></p>	<p>Salade composées (noix/bleu)  <b>V : 250g Poutine poulet (37.5g)</b>                      SPC : 250g Poutine québécoise (37.5g)                      Cheddar                      3 Pancakes (34.5g)                      2 tranches de pain (20g)  <b>+ 1 compote (15g)</b>  <b>Total glucide = 107g</b></p>
Soir					<p>Légende :</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, œuf</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> <p>SPC : sans protéine carnée</p>

\*1 tranche de pain = 20g de pain

## MENU HYPOCALORIQUE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>100g Artichaut vinaigrette  V : 150g Pâtes + Bolognaise  SPC : 150g Pâtes + So'Bolo  Fromage râpé  <u>Compote</u>  2 tranches de pain</p>	<p>1 Pizza 4 fromages  V : 200g Aioli de poisson  SPC : 200g Aioli de haricot blanc  Petit suisse  Panier de fruits  1 tranche de pain</p>	<p>100g Carottes râpées  200g Tartiflette (sans viande)  Yaourt  Cookie géant  1 tranche de pain</p>	<p>100g Taboulé  V : Sauté de porc de l'automne  SPC : Pavé haricot coco automne  200g Brocoli  Camembert  Panier de fruits  1 tranche de pain</p>	<p>Salade composées (noix/bleu)  V : 250g Poutine poulet  SPC : 250g Poutine québécoise  Cheddar  Pancake  1 tranche de pain</p>
Soir	<p>1 Galette fromagère  200g Ratatouille  Babybel  Panier de fruits  2 tranches de pain</p>	<p>60g Salade verte  V : Tacos  SPC : Burrito del campo  Gouda  Compote  1 tranche de pain</p>	<p>100g Macédoine  V : Bœuf bourguignon  SPC : Œufs pochés en meurette  150g Riz pilaf  Bûche de chèvre  Panier de fruits  1 tranche de pain</p>	<p>100g Concombre à la bulgare  V : Poisson sauce citron  SPC : Biryani de légumes (form)  200g Poêlé de légumes  Faisselle  2 tranches de pain</p>	<p>Légende :</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, œuf</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> <p>SPC : sans protéine carnée</p>

\*1 tranche de pain = 20g de pain

## MENU PAUVRE EN FIBRES STRICTE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Pâtes V : Steak Haché SPC : Poisson Fromages râpés Compote</p>		<p>Riz V : Steak haché SPC : Poisson Fromage à pâte pressée cuite Compote</p>		
Soir					<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Fruit ou légume cru</li><li>Fruits ou légumes</li><li>Viande, poisson, œuf</li><li>Féculent</li><li>Produit laitier</li><li>Pâtisserie et produit</li></ul> <p>SPC : sans protéine carnée</p>

## MENU DIABÉTIQUE NON INSULINO-DÉPENDANT (DNID)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>100g Artichaut vinaigrette</p> <p>V : 100g Pâtes + Bolognaise</p> <p>SPC : 100g Pâtes + So'Bolo</p> <p>Fromage râpé</p> <p>Liégeois aux fruits</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>1 Pizza 4 fromages</p> <p>V : 100g Aioli + de poisson</p> <p>SPC : 100g Aioli + de haricot blanc</p> <p>Petit suisse</p> <p>Panier de fruits</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>100g Carottes râpées</p> <p>Tartiflette (sans viande)</p> <p>Yaourt</p> <p>Cookie géant</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>100g Taboulé</p> <p>V : Sauté de porc de l'automne</p> <p>SPC : Pavé haricot coco automne</p> <p>100g Brocoli</p> <p>Camembert</p> <p>Panier de fruits</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>60g Salade composées (noix/bleu)</p> <p>V : 200g Poutine + poulet</p> <p>SPC : 200g Poutine québécoise</p> <p>Cheddar</p> <p>Pancake</p> <p>1 tranche de pain</p>
Soir					<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, œuf</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> <p>SPC : sans protéine carnée</p>

\*1 tranche de pain = 20g de pain


## MENU SANS GLUTEN

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Artichaut vinaigrette  <b>V : Pâtes SANS GLUTEN</b>                      Bolognaise  <b>SPC : Pâtes SANS GLUTEN</b>                      So'Bolo                      Fromage râpé                      Liégeois aux fruits</p>	<p>Maquereaux/sardine  <b>V : Aioli de poisson</b>  <b>SPC : Aioli de haricot blanc</b>                      Petit suisse                      Panier de fruits</p>	<p>Carottes râpées                      Tartiflette (sans viande)                      Yaourt  <u>Compote</u></p>	<p><b>Entrée féculent</b>  <b>V : Sauté de porc de l'automne</b> (sans farine)  <b>SPC : Omelette Brocoli</b>                      Camembert                      Panier de fruits</p>	<p>Salade composées (bleu)  <b>V : Poutine poulet</b>  <b>SPC : Poutine québécoise</b>                      Cheddar  <u>Crème dessert</u></p>
Soir	<p><b>V : Steak haché</b>  <b>SPC : omelette</b>                      Ratatouille                      Babybel                      Panier de fruits</p>	<p>Salade verte  <b>V : Tacos SANS GLUTEN</b>  <b>SPC : Burrito del campo SANS GLUTEN</b>                      Gouda                      Compote</p>	<p>Macédoine  <b>V : Bœuf bourguignon</b>  <b>SPC : Œufs pochés en meurette</b>                      Riz pilaf                      Bûche de chèvre                      Panier de fruits</p>	<p>Concombre à la bulgare  <b>V : Poisson sauce citron</b>  <b>SPC : Biryani de légumes (form)</b>                      Poêlé de légumes                      Faisselle</p>	<p>Légende :</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, œuf</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> <p><b>SPC : sans protéine carnée</b></p>

\*1 tranche de pain = 20g de pain



## MENU SANS GRAISSE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	Artichaut (sans vinaigrette) V : Pâtes Bolognaise sans huile Yaourt Liégeois aux fruits	Entrée féculent (sans huile) V : Aioli de poisson ( <b>Sans crème</b> ) Yaourt Panier de fruits	Carottes râpées Poisson au four Pommes de terre Yaourt Compote → <b>Sans sauce</b>	Taboulé V : porc grillé de l'automne (sans huile) Brocoli Yaourt Panier de fruits → <b>Légumes cuits à l'eau/vapeur</b>	Salade Poulet grillé Pomme de terre Yaourt Compote
Soir					Légende :  <ul style="list-style-type: none"> <li><span style="color: lightgreen;">■</span> Fruit ou légume cru</li> <li><span style="color: green;">■</span> Fruits ou légumes</li> <li><span style="color: red;">■</span> Viande, poisson, œuf</li> <li><span style="color: orange;">■</span> Féculent</li> <li><span style="color: blue;">■</span> Produit laitier</li> <li><span style="color: pink;">■</span> Pâtisserie et produit</li> </ul>

\*1 tranche de pain = 20g de pain

SPC : sans protéine carnée

Sans charcuterie/fromage

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Artichaut vinaigrette  V : Pâtes Bolognaise  SPC : Pâtes So'Bolo  Laitage (hors fromage)  Liégeois aux fruits</p>	<p>1 Pizza 4 fromages  V : Aioli de poisson  SPC : Aioli de haricot blanc  Petit suisse  Panier de fruits</p>	<p>Carottes râpées  Tartiflette (sans viande)  Yaourt  Cookie géant</p>	<p>Taboulé  V : Sauté de porc de l'automne  SPC : Pavé haricot coco automne  Brocoli  Laitage (hors fromage)  Panier de fruits</p>	<p>Salade composées (noix)  V : Poutine poulet <b>SANS FROMAGE</b>  SPC : Poutine québécoise <b>SANS FROMAGE</b>  Pancake  Laitage (hors fromage)</p>
Soir	<p>Galette fromagère  Ratatouille  Laitage (hors fromage)  Panier de fruits</p>	<p>Salade verte  V : Tacos  SPC : Burrito del campo  Laitage (hors fromage)  Compote</p>	<p>Macédoine  V : Bœuf bourguignon  SPC : Œufs pochés en meurette  Riz pilaf  Laitage (hors fromage)  Panier de fruits</p>	<p>Concombre à la bulgare  V : Poisson sauce citron  SPC : Biryani de légumes (form)  Poêlé de légumes  Faisselle</p>	<p>Légende :</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, œuf</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> <p>SPC : sans protéine carnée</p>

## MENU ALLERGÈNES

	lundi 18 septembre 2023	mardi 19 septembre 2023	mercredi 20 septembre 2023	jeudi 21 septembre 2023	vendredi 22 septembre 2023		
midi							
entrée	artichaut vinaigrette : m	pizza 4 fromages ; g,l	carottes râpées : m	taboulé : g	salade composée (noix bleu) : l,m,f	Légende : (traces et/ou Présence) (G) Gluten (Cr) Crustacés (O) Œufs (P) Poissons (A) Arachides (So) Soja (L) Lait (F) Fruits à coques (Ce) Céleri  (M) Moutarde (Se) Sésame (Su) Sulfites (+10mg/kg) (Lu) Lupin (Mo) Mollusques	
plats	pâtes bolognaise : G,l,o	aioli de poisson ; P,g,l,o,ce,su,mo,cr,ce	tartiflette (sans viande) : l	sauté porc de l'automne : g,su,l,o,m,ce,f	poutine poulet : g,l,o,ce,so,m		
plats sv	pâtes So Bolo : G,l,o,so,ce,m	aioli de haricot blanc ; P,g,l,o,ce,su,mo,cr,ce	0 :	pavé de haricot coco automne :	poutine québécoise : g,l,o,ce,so,m		
accompagnement	0 :	0 ;	0 :	Brocolis : l	0 :		
laitage	fromage râpé : L	petit suisse ; l	yaourt : l	camembert : L	cheddar : l		
dessert	liegeois aux fruits ; l	panier de fruits ;	cookie géant : G,l,o,f	panier de fruits :	pancake :g,l,o		
soir							
entrée	0 :	salade verte : m	macédoine : m,o	concombre à la bulgare : g,l,m			
plats	galette fromagère : g,l,o	tacos : g,l,o	bœuf bourguignon : su,l,g	poisson sauce citron : P,l,g,o,mo,cr,su			
plats sv	0 :	burito del campo : g,l,o	œufs poché en meurette : O,l,su	Biryani de légumes (form) : f,l			
accompagnement	ratatouille :	0 :	riz pillaf : l	poêlé de légumes : l			
laitage	babybel : l	gouda : l	buche de chèvre : L	faisselle : l			
dessert	panier de fruits :	compote :	panier de fruits :	0 :			

La cuisine centrale fabrique dans un atelier qui peut utiliser l'ensemble des allergènes,

Nous prêtons une attention importante pour qu'il n'y est pas de contamination croisée des ingrédients.

## Menu du Lundi

Midi

Artichaut vinaigrette

V : Pâtes Bolognaise

SPC : Pâtes So'Bolo

Fromage râpé

Liégeois aux fruits

Galette fromagère

Ratatouille

Babybel

Panier de fruits

### L'origine des produits



## Menu du Mardi

Midi

Pizza 4 fromages

V : Aïoli de poisson

SPC : Aïoli de haricot blanc

Petit suisse

Panier de fruits

Salade verte

V : Tacos

SPC : Burrito del campo

Gouda

Compote

### L'origine des produits



## Menu du Mercredi

Midi

Carottes râpées

Tartiflette (sans viande)

Yaourt

Cookie géant

Macédoine

V : Bœuf bourguignon

SPC : Œufs pochés en  
meurette

Riz pilaf

Bûche de chèvre

Panier de fruits

### L'origine des produits



## Menu du Jeudi

Midi

Taboulé

V : Sauté de porc de l'automne

SPC : Pavé haricot coco automne

Brocoli

Camembert

Panier de fruits

Concombre à la bulgare

V : Poisson sauce citron

SPC : Biryani de légumes

Poêlé de légumes

Faisselle

L'origine des produits



## Menu du Vendredi

Salade composées (noix/bleu)

V : Poutine poulet

SPC : Poutine québécoise

Cheddar

Pancake

### L'origine des produits

