

# MENU

du mois



## JANVIER 2023

LUNDI 02/01/2023	MARDI 03/01/2023	MERCREDI 04/01/2023	JEUDI 05/01/2023	VENDREDI 06/01/2023
Betteraves thon maïs (4-12) Escalope de dinde (9) Purée (1) Fromage (1) Compote	Lentilles en salade (12) Omelette aux fines herbes (3) Poêlée de légumes Laitage (1) 	Tarte chèvre tomate basilic (1-2-3) Filet de poisson pané + citron (4) Haricots verts Fromage (1) Fruit	Carottes râpées (12) Filet de saumon au curry (1-4) Riz pilaf Fromage (1) Fruit	Salade verte dés de mimolette et croûtons (1-12) Steak haché Brocolis / pomme de terre rissolées Gâteau des rois (1-2-3)
LUNDI 09/01/2023	MARDI 10/01/2023	MERCREDI 11/01/2023	JEUDI 12/01/2023	VENDREDI 13/01/2023
Salade de pois chiches olive noires (12) Filet de poulet Purée de carottes (1) Fromage (1) Fruit	Saucisson beurre (1) Filet de cabillaud sauce provençale (4) Polenta (1-2) Laitage (1)	Salade verte croûtons (12) Saucisses de Toulouse Lentilles / carottes Fromage (1) Fruit	Emincé de bœuf sauce tomate Spaghettis + emmental râpé (1-2) Dessert + biscuit (1-2-3)	Salade composée au boulgour (1-2) Œuf (3) Epinards béchamel (1) Fruit 
LUNDI 16/01/2023	MARDI 17/01/2023	MERCREDI 18/01/2023	JEUDI 19/01/2023	VENDREDI 20/01/2023
Soupe de potiron Sauté de veau marengo (9) Pomme de terre vapeur Fromage (1) Fruit	Emincé de chou rouge et noix (6-12) Gratin de poisson aux champignons (1-4) Blé pilaf (2) Fruit	Salade verte (12) Vol au vent végétarien aux légumes (1-2-3) Riz Laitage (1)  Fruit	Coleslaw sauce cocktail (1-12) Poulet rôti Rösti de pomme de terre + ketchup Fromage (1) Fruit	Salade d'endives radis maïs dés d'emmental (1-12) Escalope de dinde viennoise (2-3) Haricots verts Compote + biscuit (1-2-3)
LUNDI 23/01/2023	MARDI 24/01/2023	MERCREDI 25/01/2023	JEUDI 26/01/2023	VENDREDI 27/01/2023
Lentilles (12) Sauté d'agneau au cumin (9) Tagliatelles (2) Laitage (1) Fruit	Salade verte (12) Lasagne végétales (1-2-3-10) Fromage (1) Fruit 	Friand au fromage (1-2-3) Rosbeef Rösti de légumes Laitage (1)	Soupe de légumes (1-5) Filet de poisson + citron (4) Gratin de brocolis (1) Laitage (1) Fruit	Salade blanche (choux blanc, radis noir, dés de brebis) (1-12) Filet de poisson blanc au lait de coco (1-4) Riz créole Cheesecake (1)

Toutes nos vinaigrettes sont faites maison. Ces menus pourront subir certaines modifications en cas de problèmes d'approvisionnements ou de problèmes lors de leur réalisation.

### Liste des 14 allergènes :

règlement européen INCO n°1169/2011 1. Lait / 2. Gluten / 3. Oeuf / 4. Poissons / 5. Sulfites / 6. Fruits à coque / 7. Crustacés / 8. Mollusques / 9. Cèleri / 10. Soja / 11. Arachides / 12. Moutarde / 13. Sésame / 14. Lupin.



BRIGNOLES