

# Menu de la semaine du 12 au 16 janvier 2026

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

*Lundi*

**Bol de fruits :  
mandarines  
et pommes,  
lait**

**Soupe aux légumes et nouilles  
Frittata de poivrons et oignons sautés au basilic  
Yogourt fouetté aux fraises, lait**

**Galette de riz,  
salsa douce aux  
haricots rouges**

*Mardi*

**Bol de fruits :  
oranges  
et poires,  
lait**

**Crème de tomates et basilic  
Poêlée de poulet au thym, pommes de terre et carottes rôties à l'ail  
Mousse crémeuse aux pêches, lait**

**Moelleux  
aux fraises**

*Mercredi*

**Bol de fruits :  
ananas et melon,  
lait**

**Velouté de panais au persil  
Brandade de sole et de pommes de terre à l'aneth, haricots verts sautés  
Pomme, lait**

**Muffin aux  
canneberges**

*Jeudi*

**Banane et  
beurre de soya**

**Potage de céleris à l'ail  
Feuilleté de tofu aux tomates, oignons et fines herbes  
Compote de pommes et bleuets, lait**

**Pain au blé entier  
et végé-pâté**

*Vendredi*

**Bol de fruits :  
clémentines et  
raisins rouges,  
lait**

**Salade de betteraves aux échalotes vertes vinaigrette aux pommes  
Sauté de bœuf et choux fleurs, couscous israélien au paprika  
Yogourt à la vanille, lait**

**Collations  
variées**