

Menu de la semaine du 9 au 13 mars 2026

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

Lundi

**Bol de
fruits frais
variés, lait**

**Velouté de courgettes au curry
Chili végétarien de légumineuses aux petits légumes et tomates,
riz pilaf au cumin
Clémentine, lait**

**Pain pita au blé
entier, tartinade
au tofu et à la
ciboulette**

Mardi

**Bol de
fruits frais :
pommes et
oranges, lait**

**Potage de courges au beurre à la muscade
Sauté de poulet aux oignons blancs et carottes,
pommes de terre rôties au paprika
Yogourt nature et purée de fraises, lait**

**Banane et beurre
de soya**

Mercredi

**Bol de fruits
frais : manda-
rines et raisins
rouges, lait**

**Soupe de légumes à l'aneth et au riz
Omelette aux poivrons rouges et oignons sautés à l'origan,
fromage cheddar râpé
Orange, lait**

**Galette de riz,
trempette
d'haricots rouges
au cumin
et coriandre**

Jeudi

**Bol de
fruits frais :
poires et kiwis,
lait**

**Crème de carottes au persil
Casserole de tofu aux tomates et petits légumes, couscous à l'ail
Compote de pêches et pommes**

**Collations variées :
pâtisseries faites
maison**

Vendredi

**Bol de
fruits frais :
raisins verts et
clémentines, lait**

**Potage aux brocolis à l'ail
Filet de merlu rôti à la lime au four,
riz basmati au curcuma et carottes sautées
Yogourt fouetté à la vanille, lait**

**Pain au blé entier,
fromage à la crème**