

Menu de la semaine du 23 au 27 mars 2026

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

Lundi

**Bol de fruits
frais variés, lait**

**Potage de carottes au cumin
Sauté de tofu au sésame, riz basmati au gingembre et poêlée de brocolis
Assiette d'ananas frais, lait**

**Muffin
aux fraises**

Mardi

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

**Velouté de courgette à l'ail
Mijoté de légumineuses aux poivrons et oignons, quinoa au cumin
Pomme, lait**

**Collations
variées**

Mercredi

**Bananes et
beurre de soya**

**Salade de betteraves aux oignons rouges vinaigrette aux pommes
Filet de saumon rôti à l'aneth, pommes de terre rôties au paprika
et poêlée d'haricots verts
Mousse crémeuse aux bleuets, lait**

**Croustade
à l'avoine
et aux pommes**

Jeudi

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

**Salade de pousses d'épinard vinaigrette au xérès
Fajitas (tortillas au blé entier) au poulet, poivron et fromage râpé
Orange, lait**

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

Vendredi

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

**Crème de poireaux au basilic
Braisé de bœuf aux oignons, riz pilaf au safran
et choux fleurs sautés à l'ail
Compote de pommes et poires, lait**

**Craquelins
au blé entier,
salsa douce aux
haricots rouges**