

PLAN ALIMENTAIRE 9 SEMAINES 4C et 5C

SEMAINE 1					
	03-janv	04-janv	05-janv	06-janv	07-janv
ENTREE	Carottes râpées	Macédoine mayonnaise	Pâté	Velouté de potiron à la vache qui rit	Avocat composée
PLAT	Pâtes bolognaise	Omelette aux pommes de terre	Blanquette de veau	Poisson sauce crème citron	Saucisse chipolatas
GARNITURE		Haricots beurres persillés	Pâtes	Chou romanesco persillé (+ pdt maternelles)	Haricots blancs
FROMAGE/LAITAGE	Yaourt sucré	Carré frais	Crème dessert		Edam
DESSERT		Banane		Galette des rois	Fruit frais
SEMAINE 2					
	10-janv	11-janv	12-janv	13-janv	14-janv
ENTREE	Saucisson à l'ail et cornichon	Salade de chou chinois aux pommes	Radis - beurre	Salade d'endives	Potage de légumes
PLAT	Saumon à l'oseille	Rôti de dinde aux herbes	Sauté de porc curry	Emincé de bœuf aux olives	Lasagnes de légumes
GARNITURE	Riz	Purée de haricots verts	Semoule	Carottes et pommes sautées	
FROMAGE/LAITAGE	Brie	Babybel	laitage > 100mg de et < 5g de L	Flan caramel	Emmental
DESSERT	Fruit frais	Beignet	Fruit frais		Fruit frais
SEMAINE 3					
	17-janv	18-janv	19-janv	20-janv	21-janv
ENTREE	Salade verte, cœur de palmier, maïs	carottes râpées vinaigrette au miel	Potage de légumes	Crêpe aux champignons	Salade de mâche
PLAT	Hachis parmentier	Axoa de veau	Rôti de porc au jus	Œufs durs florentines	Poisson meunière
GARNITURE		Frites	Petits pois		Purée de butternet
FROMAGE/LAITAGE	Gouda	Camembert	Kidiboo	Chanteneige	Fromage blanc aux fruits
DESSERT	Mousse au chocolat	Tarte aux fruits	Pomme cuite	Fruit frais	
SEMAINE 4					
	24-janv	25-janv	26-janv	27-janv	28-janv
ENTREE	Salade iceberg composée	Velouté de courgette	Salade de chou blanc sauce fromage blanc aux herbes	Salade de betteraves	Céleri frais mayonnaise
PLAT	Quinoa, lentilles aux légumes	Bœuf bourguignon	Pintade rôtie	Tartiflette	Poisson à la bordelaise
GARNITURE		Carottes et pâtes	Salsifis (et pommes de terre parisienne enfants)		Chou fleur persillé (+/- pdt maternelles)
FROMAGE/LAITAGE	Tomme	Coulommiers	Mimolette	Yaourt local	Kiri
DESSERT	Gâteau basque	Fruit frais	Fruit frais		Compote et biscuit