

Menu : 13 - 17 Septembre

Lundi

Entrée : Flan de légumes à la provençale et roquette

Plat : Poulet mariné au yaourt et aux 2 moutardes, riz pilaff

Végé : Riz aux céréales gourmandes

Sandwich : L'Américain jambon (jambon, œuf dur, tomates, salade, mayonnaise)

Fraich' Bol : Bretonne (pommes de terre, chou fleur, lardons, tomates, oignons rouges) vinaigrette au cidre

Dessert : Crème au caramel

Mardi

Entrée : Fajitas crème citronnée et thon

Plat : Agneau confit aux abricots secs et 5 parfums, poêlée de légumes printaniers **OU** Tagliatelles au basilic, coppa et tomates confites

Végé : Poêlée de légumes printaniers

Sandwich : Suédois indien (tomates, poulet, sauce curry, salade)

Fraich' Bol : L'ensoleillée végé (pâtes, tomates, courgettes grillées, poivrons marinés, aubergines grillées, pignons) vinaigrette olive

Dessert : Clafoutis aux abricots

Mercredi

Entrée : Œuf mimosas

Plat : Cabillaud gratiné à l'andalouse

Végé : Purée de pommes de terre et épinards

Sandwich : Le chèvre (baguette tradition, jambon de pays, fromage frais au chèvre, tomates confites, roquette)

Fraich' Bol : Comtoise (choux, lardons, pommes, emmental, comté) sauce Comtoise

Dessert : Salade de fruits

Jeudi

Entrée : Rouleau de galette oignon confit et feta

Plat : Chili con carne

Végé : Chili végé

Sandwich : Poulet, curry et pomme

Fraich' Bol : Parisienne (pommes de terre, jambon, champignons, ciboulette, oignons, tomates) sauce Parisienne

Dessert : Crumble pommes et fruits rouges

Vendredi

Entrée : Bruschetta au fromage de chèvre et au miel

Plat : Paupiette de dinde aux olives, choux rouge confits quinoa

Végé : Chou rouge et quinoa

Sandwich : Bœuf et légumes grillés (baguette tradition, rosbeef, courgettes, oignons, poivrons, salade, tapenade)

Fraich' Bol : Italienne (pâtes, mozzarella, speck, tomates, basilic) vinaigrette balsamique

Dessert : Moelleux mangue

