

# 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** : Oeuf 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