

VALEURS CULINAIRES  
Quand le bon rencontre le bien

# AU MENU



Semaine du 4 au 8 mars 2024

Lundi 4 mars

Mardi 5 mars

Jeudi 7 mars

Vendredi 8 mars

Macédoine vinaigrette 

Pousse de soja  
maïs   
en vinaigrette

Filet de poisson

Gratin d'épinards

Fromage 

Compote de fruits

Bouillon  
de volaille  
vermicelles 

Omelettes  
aux fromages   
**Végétarien**

Salade  
verte 

Petit  
Suisse sucré

Gâteau  
au citron 

## CHARADES

Mon premier est le contraire de froid.  
Mon deuxième est la 1<sup>ère</sup> syllabe de copain.  
Mon troisième est une note de musique.  
Mon tout est délicieux en tablette ou en boisson.

Mon premier est un oiseau noir et blanc,  
et bavard.  
Mon deuxième est rouge et coule dans  
le corps.  
Mon troisième permet de dormir.  
Mon tout est une fleur.

Mon premier est une question.  
Mon second est une affirmation.  
Mon tout est un fruit exotique.

Reponses : Chaud-cha-lo / Pies-angellit / Quinqu

Choux  
Rouges   
vinaigrette

Céleri   
mayonnaise

Sauté de porc 

Coquillettes

Fromage

Fruit de saison

Repas à thème St Patrick

Velouté de Brocolis 

Shepherd's Pie   
(Hachis parmentier  
avec petits pois)

Fromage

Chocolat   
Guinness Cake

# BON APPÉTIT !

VALEURS CULINAIRES  
Quand le bon rencontre le bien

# AU MENU



Semaine du 11 au 15 mars 2024

Lundi 11 mars

Mardi 12 mars

Jeudi 14 mars

Vendredi 15 mars

Rosette  
Beurre

Salade   
de perles et thon

Saucisson  
à l'ail

Salade   
de riz et surimi

Brandade   
de Poisson

Aiguillette   
de poulet  
sauce crémeuse

Salade verte 

Carottes   
Vichy

Fromage

Fromage

Liégeois  
vanille

Fruit

## La recette

### du crumble aux pommes

Pour 6 personnes

Préchauffer le four à 180°C  
(thermostat 6).

Peler 3 pommes et les couper en  
dés.

Dans un saladier, mélanger 150 g  
de farine et 120 g de sucre, puis  
ajouter 75 g de beurre ramolli.  
Malaxer le tout avec les doigts  
pour obtenir une pâte sableuse.  
Beurrer le moule, y disposer les  
pommes tranchées et émietter la  
pâte par-dessus.

Laisser cuire 25 min.

On peut le déguster avec une  
boule de glace ou de la crème  
anglaise.

Pour varier les plaisirs, on peut  
mettre des fruits de saison  
(poires, bananes, rhubarbe,  
pêches...) ou des pépites de  
chocolat!

Régale-toi!

 Taboulé Libanais 

Salade   
de boulgour  
maïs échalotes

Quiche   
de carottes  
au curry

Salade verte   
**Végétarien**

Fromage

Gâteau   
aux poires

Salade   
Concombres  
tomates maïs

Salade verte   
Tomates  
pousse mango

Gratin   
mexicain  
(riz viande haché)

Fromage

Pêches  
au sirop

# BON APPÉTIT !

VALEURS CULINAIRES  
Quand le bon rencontre le mieux

# AU MENU



81%  
fait  
maison



Semaine du 18 au 22 mars 2024

Lundi 18 mars

Mardi 19 mars

Jeudi 21 mars

Vendredi 22 mars



Salade  
de pâtes  
olives et basilic

Salade  
de légumes  
carottes et petits pois  
**Végétarien**  
Clitif Six Carne  
(Haricots rouges, maïs,  
poivrons, tomates)

Riz

Petit suisse

Fruit

Céleri  
rémoulade

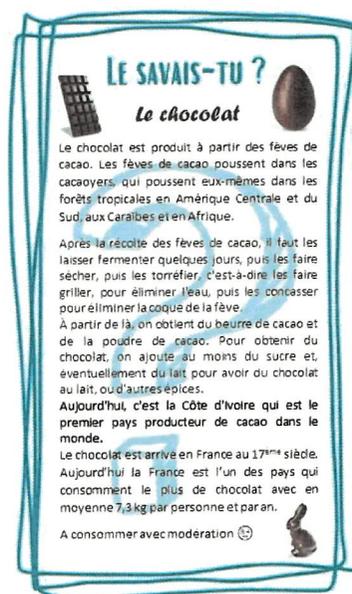
Carottes  
râpées

Tourte  
champignons  
lardons

Salade verte

Fromage

Crumble  
pommes



Salade  
de betteraves  
vinaigrette

Haricots beurre  
vinaigrette

Wok  
de Poisson  
aux pâtes

Fromage

Yaourt  
Fermier

Menu Fast Food

Batavia  
emmental  
sauce Blanche

Assiette  
lamelles  
de Kebab

Frites

Beignet  
au chocolat



# BON APPÉTIT !



VALEURS CULINAIRES  
Quand le bon rencontre le mieux

# AU MENU



89%  
fait  
maison



Semaine du 25 au 29 mars 2024

Lundi 25 mars

Mardi 26 mars

Jeudi 28 mars

Vendredi 29 mars

Râpé  
de choux  
blancs madras

Choux rouges  
vinaigrette

Haut  
de cuisse de poulet  
à l'espagnol

 Riz créole

Fromage

Fruit

Lentilles  
vertes  
vinaigrette

Lentilles Corail  
vinaigrette

Pizza  
4 fromages  
Salade  
**Végétarien**  
Petit suisse  
Pomme  
au four

JEU DES 5 DIFFÉRENCES



Toast  
de chèvre  
chaud

Toast  
de Camembert

Sauté  
de porc  
au miel

Salsifis  
braisés

Fromage

salade  
de fruits

Repas de pâques

Pâté  
de pâques

Navarin  
de dinde

Légumes  
printaniers

Fromage

Baba  
de Pâques



# BON APPÉTIT !



VALEURS CULINAIRES  
C'est tout le bon que nous mettons dans nos plats.

# AU MENU



57%  
fait  
maison



Semaine du 2 au 5 avril 2024

Lundi 1<sup>er</sup> avril



Salade de poisson,  
kiwi et fraise tagada

Pizza à la confiture  
de fraise, chamallows  
et vers de terre

Fromage de licorne

Crème au saucisson

Mardi 2 avril

Macédoine  
mayonnaise 

Haricots verts  
vinaigrette

Cabillaud  
Sauce curry 

Brunoise  
de légumes

Fromage

Yaourt  
fermier

## Raconte une blague

« Tu sais, maman, je  
n'aimerais pas être un  
dragon.

- Pourquoi, Toto ?

- Ils ne peuvent jamais fêter  
leurs anniversaires.

- Ah non, et pourquoi ?

- Ils ne peuvent pas éteindre  
leurs bougies en crachant du  
feu ! »



Jeudi 4 avril

Wraps  
de crudités 

Wraps mousseline de  
concombres 

**Végétarien**

Pommes de terre  
au four 

Vache qui rit 



Salade verte 

Fromage

Crème  
chocolat

Vendredi 5 avril

Salade  
de choux   
Chinois

Tomates   
Vinaigrette

Poulet  
Rôti

Frites

Fromage

Brioche  
perdue 



# BON APPÉTIT !



Semaine du 8 au 12 avril 2024

Lundi 8 avril

Duo  
de carottes  
et céleri  
Vinaigrette

Chou blanc  
vinaigrette

Quiche  
aux trois fromages et  
brocolis  
**Végétarien**  
Salade de Batavia

Petit suisse

Fruit de saison

Mardi 9 avril

Crème  
de carotte

Poisson  
sauce cola

Riz

Crème  
Chiboust

## LE SAVAIS-TU ?

Un bon petit déjeuner, c'est

1) **S'hydrater après une nuit de sommeil :**  
Bois de l'eau, un jus de fruits, un lait chaud ...

Les fruits t'apportent des vitamines et les laitages t'apportent des protéines et du calcium.

2) **Manger pour être en forme jusqu'à midi :**  
Mange du pain, des céréales ... qui contiennent des sucres lents.

**Prendre un bon petit déjeuner te fera passer une bonne matinée !**

Astuce : si tu n'as pas faim au réveil, commence par t'habiller pour réveiller ton corps, et la faim viendra !

Jeudi 11 avril

Salade  
de riz olive  
Tomates

Salade de riz  
Mais et poivrons

Blanquette  
de dinde

Carottes  
Vichy

Fromage

clafoutis  
aux fruits

Vendredi 12 avril

Cœur  
de palmier  
Thon  
Vinaigrette

Pousse de soja  
surimi  
sauce blanche

 Hachis  
Parmentier  
de bœuf Bio

Salade

Fromage

Liégeois chocolat



# BON APPÉTIT !

