



Louans
Menus Janvier 2020








LUNDI

MARDI

JEUDI

VENDREDI

Du 06 au 10 Janvier

Salade de blé aux petits légumes	Salade de pâtes aux petits légumes et ciboulette	Salade croquante de pommes et oranges	Potage de poireaux et pommes de terre
Cordon bleu	Boulettes de flageolets Bio sauce tomate 	Cassoulet 	Paella de la mer 
Petits pois mijotés	 Carottes		
Yaourt aromatisé	Tomme noire	Petit fromage frais sucré	Fromage blanc sucré
Cocktail de fruits exotiques	Compote de pommes et fraises allégée en sucre	Galette des rois	Clémenvilla

Du 13 au 17 Janvier

Crêpe au fromage	Salade d'endives et oignons frits vinaigrette au fromage blanc	<i>Menu anti - gaspi</i>	Chou chinois vinaigrette moutarde
Boulettes de mouton sauce charcutière	Sauté de bœuf façon orientale	Cake amarante - cheddar	Poisson pané frais et citron
Bouquet de légumes (<i>chou-fleur, brocoli, carotte</i>)	Semoule	Cuisse de poulet rôti	Epinards béchamel
Fromage blanc sucré	Coulommiers	Flan de chou-fleur	Gouda
Pomme	Mousse au chocolat au lait	Pomme à boire à la cannelle	Compote pomme - cassis allégée en sucre

Du 20 au 24 Janvier

Salade de pommes de terre aux herbes Nugget's de volaille Carottes Pont l'Evêque AOP Pomme	Salade de haricots beurre à l'échalote Sauté de porc Riz sauce tomate Yaourt nature sucré Orange	Pâté de mousse de foie Bœuf braisé au jus Lentilles mijotées Petit fromage frais aux fruits Poire	Céleri rémoulade Potimentier de poisson (purée de potiron et pomme de terre) Edam Ananas au sirop
Salade de boughour Sauté de bœuf sauce forestière Champignons Montcadi croûte noire Compote pomme banane allégée en sucre	Betteraves vinaigrette Merguez Pâtes serpentini Camembert Flan à la vanille	Carottes râpées Emincé de porc au curry Haricots verts Vache Qui Rit Gâteau sucré au potiron	Potage paysan <small>DES DE POISSON</small> sauce béchamel aux épices <small>de poisson</small> Riz Yaourt nature Poire

Du 27 au 31 Janvier



BON APPETIT !