

## Régimes du 02 au 08 Février 2026

Nom : .....

Toute commande ou annulation sera validée si vous prévenez 48 heures à l'avance pendant les jours ouvrables du lundi au vendredi au 04 68 66 63 41. Ces menus sont établis en fonction de nos fournisseurs, ils peuvent être modifiés suivant les arrivages du jour

	LUNDI 02	MARDI 03	MERCREDI 04	JEUDI 05	VENDREDI 06	SAMEDI 07	DIMANCHE 08
<b>VÉGÉTARIEN</b>	Salade de chou chinois	Carottes râpées	Céleri rémoulade	Salade de petits pois, pois chiches et fèves	Salade égyptienne	Velouté aux potirons et épinards	Salade de betterave mimosa
	Lentilles et carottes	Pommes de terre et courgettes	Coquillettes et fondue de poireaux	Haricot vert et riz à la tomate	Crousti'fromage, salsifis	Riz créole et petits pois carottes	Pomme de terre et haricots plats
	Fromage <b>Crêpe sucrée</b>	Yaourt nature	Fromage	Yaourt nature	Fromage	Fromage	Yaourt nature
	Liégeois à la vanille	Compote	Compote	Riz au lait	Mousse au café	Faisselle	Patisserie du jour
<b>PAUVRE EN VITAMINE K ET SANS SEL</b>	velouté pomme de terre-poireaux 7, 9	Soupe de poisson	Velouté d'asperges	Soupe de pois cassés	Velouté de légumes	Velouté de potiron et épinards	Velouté de bolet
	Sauté de poulet sans sauce, riz blanc	Filet de lieu, pommes de terre	Steak haché de bœuf, coquillettes	Cuisse de poulet, riz à la tomate	Filet de maquereau sans sauce, pommes de terre	Rôti de dinde, riz créole	Jambon grillé sans sauce, papillons
	Yaourt nature compote	Yaourt nature compote	yaourt nature Compote	Yaourt nature compote	Yaourt nature compote	Yaourt nature Compote	Yaourt nature compote
<b>HYPOCALORIQUE</b>	Salade de chou chinois	Carottes râpées	Céleri rémoulade	Salade de petits pois, pois chiches et fèves	Salade égyptienne	Velouté aux potirons et épinards	Salade de betterave mimosa
	Sauté de poulet sans sauce, riz blanc	Potée auvergnate	Steak haché de bœuf, coquillettes	Cuisse de poulet, haricot vert	Filet de maquereau à l'aneth, purée de brocolis	Rôti de dinde, petits pois carottes	Jambon grillé sans sauce, papillons
	Yaourt nature <b>Crêpe sucrée</b>	Yaourt nature Fromage blanc	Fromage Fruit du jour	Yaourt nature Poire	Fromage Orange	Yaourt nature Kiwi	Yaourt nature Patisserie du jour
	velouté pomme de terre-poireaux 7, 9	Soupe de poisson	Velouté d'asperges	Soupe de pois cassés	Velouté de légumes	Velouté de potiron et épinards	Velouté de bolet
<b>MIXÉ</b>	Sauté de poulet à l'aigre douce, carottes	Potée auvergnate	Cabillaud sauce épices du soleil, fondue de poireaux	Cuisse de poulet, haricot vert	Filet de maquereau à l'aneth, purée de brocolis	Rôti de dinde, riz créole	Blanquette de dinde aux marrons et potiron, pomme de terre
	Yaourt nature	Fromage frais	yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage frais	Yaourt nature
	Mousse au citron	Fromage blanc	Compote	compote	Petits suisse nature	Flan au chocolat	yaourt aromatisé
	Salade de chou chinois	Carottes râpées	Céleri rémoulade	Salade de petits pois, pois chiches et fèves	Velouté de légumes	Salade de concombre Océane	Salade de betterave mimosa
<b>SANS GLUTEN</b>	Sauté de poulet sans sauce, riz blanc	Potée auvergnate	Paupiette de dinde sans sauce, choux fleurs	Cuisse de poulet, haricot vert	Filet de maquereau à l'aneth, purée de brocolis	Rôti de dinde, petits pois carottes	Jambon grillé sans sauce, haricots plats
	Fromage	Yaourt nature	Fromage	Yaourt nature	Fromage	Fromage	Yaourt nature
	Pomme	Fromage blanc	Compote	Poire	Orange	Kiwi	Salade de fruits