

LES MENUS ARC EN CIEL D'OUZOUER SUR TREZEE

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
8 Janvier.	9 Janvier.	11 Janvier.	12 Janvier.
Haricot vert en salade Ravioli Yaourt	Mâche/noix 1 Feuilleté jambon et fromage 1-3 Compote	Betteraves/ maïs Boulette en sauce 3 Semoule Fromage Fruit 1-2	Endives/œufs dur 1-2 Gratin de pomme de terre courgette 1-2-3 Yaourt
15 Janvier.	16 Janvier.	18 Janvier .	19 Janvier.
Céleri rémoulade Gratin de poisson 3 Riz Fromage Fruit au sirop	Salade 1 Stick de chèvre Poêle de légumes et quinoa aux épices douces Fruit 1-2	Bâtonnet de carotte 1-2 Brochette de poisson Choux romanesco Fromage compote	Salade 1-2 Hachis Parmentier 3 Yaourt
22 Janvier.	23 Janvier.	25 Janvier.	26 Janvier.
Malscédoine Sauté de dinde sauce curry Trio de légumes Yaourt	Chou-fleur vinaigrette Riz cantonnais Fromage Quatre quart aux pommes 1-3	Endives/ noix/ pomme 1-2 Rôti de porc Pâte Yaourt	Céleri rémoulade Poisson pané au céréales Petit pois carotte Fromage Fruit 1-2
29 Janvier.	30 Janvier.	1 Février.	2 Février.
Rosette 1-2 Pâte bolognaise/emmental râpé 3 Compote	Friand fromage 3 Couscous végétarien 1-3 Yaourt	Céleri/ carotte 1-2 Saucisse lentille Fromage Fruit 1-2	Endive 1-2 Brandade de poisson 3 Yaourt
5 Février.	6 Février.	7 Février.	8 Février.
Chou chinois 1 Croque Monsieur 3 Yaourt	Salade 1 Riz/ lentille/emmental Poire/chocolat	Concombre 1 Poisson sauce olive 3 Julienne de légumes Mousse chocolat	Crevettes sautés au curry Blanquette de volaille 3 Haricot vert Yaourt

Fruits et légumes/ Viandes et poissons/ Produits laitiers/ Féculent, légumes sec et céréales/ Produits sucrés/ Oléagineux

