

<b>Normal</b>	
<b>Régime</b>	

# JANVIER 2024

**Veillez indiquer par jour vos choix : classique, froid, alternatif ou végétarien**

F E R M E		nbr	** Semaine du lundi 01 au dimanche 07 **		allergènes
			Classique	Végé	
Lun 01	Classique			Civet de marcassin, poire aux aïelles, croquettes	Gluten, soja, céleri, moutarde, lait
	Végé			Filet de Quorn, compote de pommes, purée nature	Céleri, œufs, lait, œufs
	Froid			Salade liégeoise (haricots, lardons et pommes de terre)	céleri, œufs, moutarde
Ma 02	Classique			Boulette de volaille, compote de pommes, purée nature	Gluten, céleri, œufs, soja, lait ,
	Végé			Filet de Quorn, compote de pommes, purée nature	Gluten, céleri, œufs, lait ,
	Froid			Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	œufs, moutarde, céleri
Me 03	Classique			Springue de porc, carottes, riz	Gluten, soja, lait, céleri, moutarde
	Végé			Filet de Quorn, compote de pommes, purée nature	céleri, lait, œufs, gluten
	Froid			Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Céleri, moutarde, œufs
Je 04	Classique			Pâtes sauce crémée au brocoli, dés de poulet	Gluten, céleri, lait, œufs
	Végé			Pâtes sauce crémée au brocoli, lentilles vertes	Gluten, céleri, lait
	Froid			Œufs durs, crudités, dressing, pdt	Œufs, moutarde, lait, céleri, moutarde
Ve 05	Classique			Filet de saumon fenouil, pdt	Poissons, soja, céleri, poissons
	Végé			Pâtes sauce crémée au brocoli, lentilles vertes	lait, gluten, céleri
	Froid			Œufs durs, crudités, dressing, pdt	moutarde, céleri, œufs, sulfites
Sa 06	Classique			Hachis Parmentier (porc) aux poireaux	Lait, œufs, gluten, soja, céleri,
	Végé			Pâtes sauce crémée au brocoli, lentilles vertes	Céleri, gluten, lait,
	Froid			Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pommes de terre	œufs, poisson, lait, céleri, moutarde, sulfites
Di 07	Classique			Carbonnade de bœuf, pommes de terre	Gluten, céleri, lait, soja, moutarde
	Végé			Pâtes sauce crémée au brocoli, lentilles vertes	Céleri, gluten, lait
	Froid			Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pdt	œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<b>Alternatif</b>				Filet de poulet, potée aux carottes	Gluten, lait, œufs, céleri, soja

		nbr	** Semaine du lundi 08 au dimanche 14 **		allergènes
	Classique	Végé			
Lu 08	Classique			Cuisse de poulet à l'estragon, champignons pdt	Gluten, lait, soja, œufs, céleri
	Végé			Omelette, champignons, pdt	Céleri, gluten, œufs, moutarde
	Froid			Salade de pâtes aux légumes	Gluten, lait, céleri
Ma 09	Classique			Boudin blanc (porc), chou rouge aux pommes, purée	gluten, soja, céleri, moutarde
	Végé			Omelette, champignons, pdt	Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde
	Froid			Pain de viande (porc), crudités, dressing, pdt	Céleri, moutarde, œufs, lait, soja, sulfites
Me 10	Classique			Filet de poulet, légumes couscous, semoule	Gluten, céleri, lait, œufs, soja
	Végé			Omelette, champignons, pdt	céleri, lait, œufs, gluten, moutarde
	Froid			Pain de viande (porc), crudités, dressing, pdt	Lait, œufs, moutarde, céleri, gluten, soja, sulfites
Je 11	Classique			Pâtes Bolognese (bœuf, tomates, carottes), fromage	Gluten, céleri, lait, œufs, soja
	Végé			Pâtes sauce aux légumes et légumineuses	Gluten, céleri, lait
	Froid			Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	œufs, moutarde, céleri, poissons, lait, sulfites
Ve 12	Classique			Waterzooi de poisson (poireaux, céleri, carottes), pdt	Poissons, céleri, soja, lait, gluten,
	Végé			Pâtes sauce aux légumes et légumineuses	lait, céleri, gluten
	Froid			Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	poissons, œufs, moutarde, céleri, lait, sulfites
Sa 13	Classique			Pain de viande (porc), céleri-rave et panais, pdt	Gluten, céleri, lait, moutarde, soja, œufs
	Végé			Pâtes sauce aux légumes et légumineuses	céleri, lait, gluten
	Froid			Terrine de poisson, taboulé aux petits légumes	Gluten, œufs, moutarde, crustacés, poissons, lait
Di 14	Classique			Lapin aux pruneaux, potimarrons, pommes duchesses	Gluten, soja, lait, céleri, sulfites, moutarde
	Végé			Pâtes sauce aux légumes et légumineuses	Gluten, céleri, lait,
	Froid			Terrine de poisson, taboulé aux petits légumes	Gluten, crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
<b>Alternatif</b>				Saucisse (porc-bœuf), compote, purée	Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde, soja

		nbr	** Semaine du lundi 15 au dimanche 21 **		allergènes
	Classique	Végé			
Lu 15	Classique			Filet de poulet, bettes à la crème, pdt	Gluten, lait, soja, œufs, céleri
	Végé			Haricots blancs, bettes à la crème, pdt	Céleri, lait, gluten
	Froid			Salade liégeoise (haricots, lardons et pdt)	œufs, moutarde, céleri
Ma 16	Classique			Sauté de porc, haricots verts, purée	Céleri, œufs, moutarde, lait, soja
	Végé			Haricots blancs, bettes à la crème, pdt	Céleri, lait, gluten
	Froid			Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, moutarde, céleri,

Me 17	Classique	Saucisse (porc), poireaux à la crème, riz	Gluten, céleri, lait, soja, œufs, moutarde
	Végré	Haricots blancs, bettes à la crème, pdt	Céleri, Gluten, lait,
	Froid	Filet de dinde , salade de céleri-rave, pdt ciboulette	œufs, céleri , moutarde,
Je 18	Classique	Pâtes sauce potiron et dés de poulet	Gluten, céleri, lait, oeufs
	Végré	Burger végétarien, potée de carottes	gluten, œufs,soja, lait, céleri,moutarde
	Froid	Œufs durs, crudités, dressing, pdt	œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
Ve 19	Classique	Filet de Colin, potée de carottes	Poissons, céleri, soja, gluten,
	Végré	Burger végétarien, potée de carottes	Céleri, gluten, œufs, soja, moutarde, lait
	Froid	Œufs durs, crudités, dressing, pdt	œufs, moutarde, céleri, lait, sulfites
Sa 20	Classique	Chicons au jambon , pdt persillées	Gluten, œufs, céleri, lait
	Végré	Burger végétarien, potée de carottes	Céleri, gluten, lait, céleri, moutarde, oeufs
	Froid	Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pdt	Œufs, céleri, poissons, lait, soja, moutarde, sulfites
Di 21	Classique	Blanquette de veau (carottes, oignons), pommes rosti	Gluten,soja,lait, céleri, moutarde,
	Végré	Burger végétarien, potée de carottes	œufs, lait, gluten, céleri, moutarde, oeufs
	Froid	Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pdt	céleri, lait, œufs, soja, poissons, moutarde,sulfites
Alternatif		Vol-au-vent, champignons, riz	Gluten, céleri, lait, oeufs

	nbr	** Semaine du lundi 22 au dimanche 28 **	allergènes
Lu 22	Classique	Filet de poulet, salsifis persillés, pdt nature	Gluten, œufs, soja, lait , céleri
	Végré	Vol-au-vent de Quorn (champignons), riz	Gluten, œufs, lait, céleri
	Froid	Salade de pâtes aux légumes	Lait, céleri, gluten
Ma 23	Classique	Choucroute garnie (saucisse Frankfort, choucroute), purée nature	lait,céleri, moutarde
	Végré	Vol-au -vent de quorn (champignons), riz	Gluten, céleri, œufs, lait
	Froid	Pain de viande (porc), crudités,dressing, pdt	Céleri, moutarde, œufs, lait, soja, sulfites
Me 24	Classique	Vol-au-vent (champignons), riz	Gluten, céleri, lait, œufs,
	Végré	Vol-au-vent de quorn (champignons), riz	lait, céleri, gluten, oeufs
	Froid	Pain de viande (porc), crudités, dressing, pdt	Gluten, œufs, soja,lait, céleri,moutarde, sulfites
Je 25	Classique	Pâtes aux légumes (brocoli, petits pois, sauce tomate) et lardons	Gluten, œufs, céleri
	Végré	Pâtes coulis de légumes à la ricotta	Gluten, céleri, lait,
	Froid	Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	œufs, poissons,lait, céleri,moutarde, sulfites
Ve 26	Classique	Filet de Lieu Noir, épinards à la crème, pdt	Poissons, céleri, œufs, lait, gluten
	Végré	Pâtes coulis de légumes à la ricotta	Cèleri, lait, gluten
	Froid	Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Poissons, œufs, moutarde, céleri
Sa 27	Classique	Boulette de volaille, courgettes, pdt	céleri, gluten, œuf, soja
	Végré	Pâtes coulis de légumes à la ricotta	céleri, lait, céleri
	Froid	Terrine de poisson, taboulé aux petits légumes	Gluten, crustacés, œufs, poissons, lait, céleri, moutarde
Di 28	Classique	Rosbif jardinière de légumes, pommes noisettes	Gluten, céleri, lait,céleri, sulfites
	Végré	Pâtes coulis de légumes à la ricotta	Gluten, céleri, lait
	Froid	Terrine de poisson, taboulé aux petits légumes	gluten, crustacés, œufs,poissons, lait, céleri, moutarde
Alternatif		Omelette, potée aux carottes	Gluten, lait, œufs,céleri

	nbr	** Semaine du lundi 29 au mercredi 31 **	allergènes
Lu 29	Classique	Filet de poulet, brocolis à la crème, pdt nature	Gluten, lait, œufs, céleri, soja
	Végré	Couscous de légumes du Chef (pois chiches), semoule	Gluten, céleri,
	Froid	Salade liégeoise (haricots, lardons et pdt)	œuf,céleri, moutarde
Ma 30	Classique	Pain de viande (porc), potée aux carottes	Gluten, céleri, soja, lait, œufs, moutarde
	Végré	Couscous de légumes du Chef (pois chiches), semoule	Gluten, céleri
	Froid	Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, céleri, moutarde
Me 31	Classique	Merguez (bœuf-agneau), couscous de légumes du chef(pois chiches), semoule	Gluten, céleri, soja, œufs, moutarde
	Végré	Couscous de légumes du Chef (pois chiches), semoule	Gluten, céleri,
	Froid	Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, moutarde, céleri
Alternatif		Lasagne bolognaise (porc-bœuf)	Gluten, lait, œufs, soja, céleri

**Au four à micro-ondes :** Pour réchauffer le potage et le plat : perforer le feuillet en plastique transparent et réchauffer au four micro-ondes durant **3 minutes** au plus haut niveau.

**Au four traditionnel :** Inutile d'enlever le film protecteur, placez le plat tel quel dans le four préchauffé à **100°** pendant **20 minutes**. Pour le potage : réchauffer dans un poêlon ou au four à micro-ondes.

**Pour toute commande ou modification, veuillez appeler 4 jours ouvrables à l'avance**

**\*\*\* TOUT PLAT COMMANDE SERA FACTURE \*\*\***