

Normal	
Régime	

DECEMBRE 2025



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

		nbr	** Semaine du lundi 01 au dimanche 07 **	allergènes
Lu 01	Classique		Cuisse de poulet, brocoli, pdt	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait
	Végé		Filet de quorn, sauce curry, brocoli, pommes de terre	Gluten(blé), œufs, céleri, moutarde
	Froid		Salade liégeoise (haricots, lardons pommes de terre)	Œufs, céleri, moutarde
Ma 02	Classique		Boulette de volaille, potée aux épinards	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait
	Végé		Filet de quorn, sauce curry, brocoli, pommes de terre	Gluten(blé), œufs, céleri, moutarde
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pommes de terre ciboulette	Œufs, lait, céleri, moutarde
Me 03	Classique		Filet de poulet, ratatouille, riz	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Filet de quorn, sauce curry, brocoli, pommes de terre	Gluten(blé), œufs, céleri, moutarde
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pommes de terre, ciboulette	Œufs, lait, céleri, moutarde
Je 04	Classique		Pâtes bolognaise (bœuf) (tomates, carottes), fromage râpé	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Pâtes sauce tomate aux lentilles, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Œufs durs, crudités, dressing, pommes de terre	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
Ve 05	Classique		Waterzooi de poissons aux légumes, pommes de terre	Gluten(blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri
	Végé		Pâtes sauce tomate aux lentilles, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Œufs durs, crudités, dressing, pommes de terre	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
Sa 06	Classique		Courgette farci, sauce tomate, pommes de terre nature	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Pâtes sauce tomate aux lentilles, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pommes de terre	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Di 07	Classique		Osso bucco (dinde), pâtes	Gluten(blé), céleri
	Végé		Pâtes sauce tomate aux lentilles, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pommes de terre	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Alternatif			Saucisse(porc-bœuf), compote, purée	Gluten(blé), œufs, soja, lait

		nbr	** Semaine du lundi 08 au dimanche 14 **	allergènes
Lu 08	Classique		Filet de poulet, salsifis persillés, pdt nature	Gluten(blé), œufs, soja
	Végé		Burger végétarien, chou blanc braisé, purée persillée	Gluten(blé, seigle), soja, lait, céleri, sésame
	Froid		Salade de pâtes aux légumes	Gluten(blé), œufs, lait, céleri, moutarde
Ma 09	Classique		Boudin blanc(porc), chou blanc braisé, purée persillée	Gluten(blé, orge),œufs, soja, lait, céleri, moutarde
	Végé		Burger végétarien, chou blanc braisé, purée persillée	Gluten(blé, seigle), soja, lait, céleri, sésame
	Froid		Pain de viande (porc), crudités, dressing, pommes de terre	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
Me 10	Classique		Burger de bœuf, riz aux petits légumes	Gluten(blé, orge), soja, lait, céleri
	Végé		Burger végétarien, chou blanc braisé, purée persillée	Gluten(blé, seigle), soja, lait, céleri, sésame
	Froid		Pain de viande(porc), crudités, dressing, pommes de terre	Gluten(blé), œufs, soja ; lait, céleri, moutarde, sulfites
Je 11	Classique		Pâtes sauce potimarron, lardinettes de dinde	Gluten(blé),lait, céleri
	Végé		Pâtes sauce potimarron, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pommes de terre	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Ve 12	Classique		Filet de Colin, poireaux à la crème, pommes de terre	Gluten(blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri
	Végé		Pâtes sauce potimarron, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pdt	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
Sa 13	Classique		Pain de veau, chicons, pommes de terre	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Pâtes sauce potimarron, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), œufs, poissons, soja, lait, céleri
Di 14	Classique		Waterzooi de poulet aux légumes, pommes noisettes	Gluten(blé), œufs, lait, céleri, sulfites
	Végé		Pâtes sauce potimarron, fromage râpé	Gluten(blé), lait, céleri
	Froid		Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), œufs, poissons, soja, lait, céleri
Alternatif			Vol-au-vent (champignons), riz	Gluten(blé), œufs, lait, céleri

		<i>nbr</i>	** Semaine du lundi 15 au dimanche 21 **	<i>allergènes</i>
<i>Lu</i> <i>15</i>	<i>Classique</i>		Cuisse de poulet céleri-rave, pommes de terre	Gluten(blé, orge) , œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Filet de quorn, petits pois, riz	Gluten(blé),œufs, céleri
	Froid		Salade liégeoise(haricots, lardons et pommes de terre)	Œufs, céleri, moutarde
<i>Ma</i> <i>16</i>	<i>Classique</i>		Boulette de volaille, compote, pommes de terre rôties	Gluten(blé, orge), œufs, soja, lait
	Végé		Filet de quorn, petits pois, riz	Gluten(blé), œufs, céleri
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, lait, céleri, moutarde
<i>Me</i> <i>17</i>	<i>Classique</i>		Spiringue de porc, petits pois, riz	Gluten(blé, orge), soja, lait, moutarde
	Végé		Filet de quorn, petits pois, riz	Gluten(blé), œufs, céleri
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pommes de terre, ciboulette	Œufs, lait, céleri, moutarde
<i>Je</i> <i>18</i>	<i>Classique</i>		Pâtes Bolognaise (bœuf) (tomates, carottes), fromage râpé	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Omelette potimarrons, purée nature	Œufs, lait, céleri
	Froid		Œufs durs, crudités, dressing, pommes de terre	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
<i>Ve</i> <i>19</i>	<i>Classique</i>		Filet de cabillaud, potimarrons, purée nature	Gluten(blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri
	Végé		Omelette potimarrons, purée nature	Œufs, lait, céleri
	Froid		Œufs durs, crudités, dressing, pommes de terre	Œufs, lait, céleri, moutarde, sulfites
<i>Sa</i> <i>20</i>	<i>Classique</i>		Hachis Parmentier (porc) aux épinards	Gluten(blé),œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Omelette potimarrons, purée nature	Œufs, lait, céleri
	Froid		Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pommes de terre	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<i>Di</i> <i>21</i>	<i>Classique</i>		Ragoût de bœuf aux carottes, croquettes	Gluten(blé, orge), lait, céleri
	Végé		Omelette potimarrons, purée nature	Œufs, lait, céleri
	Froid		Saumon belle-vue, crudités, dressing, salade de pommes de terre	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<i>Alternatif</i>			Roulade de chicons au jambon, purée	Gluten(blé), lait, céleri

		<i>nbr</i>	** Semaine du lundi 22 au dimanche 28 **	<i>allergènes</i>
<i>Lu</i> <i>22</i>	<i>Classique</i>		Vol-au-vent (champignons), purée	Gluten(blé), œufs, lait, céleri
	Végé		Couscous de légumes aux pois chiches, semoule	Gluten(blé), céleri
	Froid		Salade de pâtes aux légumes	Gluten(blé), œufs, lait, céleri, moutarde
<i>Ma</i> <i>23</i>	<i>Classique</i>		Boulette(porc), ratatouille d'hiver, pommes de terre	Gluten(blé), orge), œufs, soja, lait, céleri
	Végé		Couscous de légumes aux pois chiches , semoule	Gluten(blé), céleri
	Froid		Pain de viande(porc), crudités, dressing, pommes de terre	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
<i>Me</i> <i>24</i>	<i>Classique</i>		Merguez(bœuf-agneau), couscous de légumes aux pois chiches, semoule	Gluten(blé), œufs, soja, céleri, moutarde
	Végé		Couscous de légumes aux pois chiches, semoule	Gluten(blé), céleri, semoule
	Froid		Pain de viande(porc), crudités, dressing, pommes de terre	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sulfites
<i>Je 25</i> <i>FERME</i>	<i>Classique</i>		Dinde, chicons, poire aux aïrelles, pommes noisettes	Gluten(blé), œufs, soja, lait, sulfites
	Végé		Filet de quorn, potée au chou vert	Gluten(blé), œufs, lait, céleri
	Froid		Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pommes de terre	Œufs, poissons lait, céleri, moutarde, sulfites
<i>Ve 26</i> <i>FERME</i>	<i>Classique</i>		Filet de Lieu noir, potée au chou vert	Gluten(blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri
	Végé		Filet de quorn, potée au chou vert	Gluten(blé),œufs, lait, céleri
	Froid		Filet de hareng, betteraves rouges, vinaigrette, pommes de terre	Œufs, poissons, lait, céleri, moutarde, sulfites
<i>Sa</i> <i>27</i>	<i>Classique</i>		Burger de bœuf, poireaux à a crème, pommes de terre	Gluten(blé, orge), soja, lait, céleri
	Végé		Filet de quorn, potée au chou vert	Gluten(blé), œufs, lait, céleri
	Froid		Terrine de poissons, taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), œufs, poissons, soja, lait, céleri
<i>Di</i> <i>28</i>	<i>Classique</i>		Navarin d'agneau(carottes, tomates), rösti	Gluten(blé), lait, céleri
	Végé		Filet de quorn, potée au chou vert	Gluten(blé), œufs, lait, céleri
	Froid		Terrine de poissons , taboulé aux petits légumes	Gluten(blé), œufs, poissons, soja, lait, céleri
<i>Alternatif</i>			Lasagne bolognaise (bœuf)	Gluten(blé), œufs, soja, lait, céleri

		<i>nbr</i>	** Semaine du lundi 29 au mercredi 31 **	<i>allergènes</i>
<i>Lu</i> <i>29</i>	<i>Classique</i>		Filet de poulet, chou rouge, pommes de terre nature	Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait
	Végé		Burger végétarien, chou rouge, pommes de terre	Gluten(blé, seigle), soja, lait, céleri, sésame
	Froid		Salade liégeoise(haricots, lardons et pommes de terre)	Œufs, céleri, moutarde
<i>Ma</i> <i>30</i>	<i>Classique</i>		Roulade de chicons au jambon, purée persillée	Gluten(blé), lait, céleri
	Végé		Burger végétarien, chou rouge, pommes de terre	Gluten(blé, seigle), soja, lait, céleri, sésame
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pommes de terre ciboulette	Œufs, lait, céleri, moutarde
<i>Me</i> <i>31</i>	<i>Classique</i>		Ragoût d'agneau(haricots verts), rösti	Gluten(blé), lait, céleri
	Végé		Burger végétarien, chou rouge, pommes de terre	Gluten(blé, seigle), soja, lait, céleri, sésame
	Froid		Filet de dinde, salade de céleri-rave, pdt ciboulette	Œufs, lait, céleri, moutarde
<i>Alternatif</i>			Filet de poulet, potée aux carottes	Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, 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 traditionnelle: *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 7 jours calendrier
***** TOUT PLAT COMMANDE SERA FACTURE *****

