

lundi 01 janvier	mardi 02 janvier	jeudi 04 janvier	vendredi 05 janvier
lundi 08 janvier	mardi 09 janvier	jeudi 11 janvier	vendredi 12 janvier
<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Filet de poulet sauce estragon</p> <p>Salade mixte/vinaigrette</p> <p>Pommes de terre en chemise</p> <p>Galette des rois </p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Chili con carne (haricots rouges bio, tomates)</p> <p>Riz</p> <p>Yaourt aux fruits</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p> Chipolata (saucisse végétarienne)</p> <p>Compote de pommes</p> <p>Frites</p> <p>Mousse chocolat</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Filet de saumon MSC</p> <p>Poireaux à la crème</p> <p>Coquillettes</p> <p>Poire</p>
lundi 15 janvier	mardi 16 janvier	jeudi 18 janvier	vendredi 19 janvier
<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Rôti de dinde jus de volaille</p> <p>Chou rouge aux pommes</p> <p><b>Pommes de terre</b></p> <p>Petit beurre bio</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Penne</p> <p>Sauce bolognaise (carottes, oignons, tomates)</p> <p>pur bœuf - Fromage râpé</p> <p>Mandarine</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Quiche aux légumes maison (œufs) (carottes, champignons, poireaux)</p> <p>Salade vinaigrette</p> <p>Yaourt sucré</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Filet de colin MSC sauce fines herbes</p> <p><b>Purée</b> *</p> <p>au céleri-rave</p> <p><b>Pomme</b></p>
lundi 22 janvier	mardi 23 janvier	jeudi 25 janvier	vendredi 26 janvier
<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Couscous falafels</p> <p><u>Légumes couscous (carottes, navets, pois chiches, céleri, oignons)</u></p> <p>Semoule</p> <p>Fromage aux fruits</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p> Gratin de pâtes jambon/fromage (lardinettes végété)</p> <p><b>Poire</b></p>	<p><u>Soupe de haricots blancs à la grecque (poireaux, carottes, céleri)</u> *</p> <p>Gyros de bœuf </p> <p>aux poivrons doux</p> <p><b>Country potatoes "maison"</b></p> <p>Orange</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Filet de lieu noir MSC</p> <p>Epinards à la crème</p> <p><b>Purée</b></p> <p>Chocolat </p>
lundi 29 janvier	mardi 30 janvier	jeudi 01 février	vendredi 02 février
<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p><b>Rôti de porc sauce brune</b> (Lentilles bio cuisinées)</p> <p> Carottes au thym</p> <p><b>Pommes vapeur</b> *</p> <p>Flan</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Pâtes</p> <p>au poulet &amp; champignons</p> <p>Banane Fairtrade Bio </p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Burger de légumes coulis aux herbes</p> <p>Petits pois mayonnaise</p> <p>Frites</p> <p><b>Pomme</b></p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> *</p> <p>Fish sticks MSC sauce tartare</p> <p>Salade mixte sauce dressing</p> <p><b>Pommes de terre</b> persillées</p> <p>Crêpe </p>
<p>Produits circuit court/locaux "en gras italique"</p> <p>QA : Qualité Ardennes en circuit court</p> <p> Fairtrade</p> <p>Bio = produit certifié</p>	<p> Viande de porc</p> <p><b>Menu végétarien</b></p>	<p>Poisson issu de la pêche durable (MSC)</p> <p><b>Aliments issus d'une agriculture responsable &amp; raisonnée</b></p>	<p>Menu à thème: lundi perdu, chandeleur</p> <p>Menu grec</p>

Légumes: 89% de saison, 60% en frais et 55% issu d'une agriculture responsable et raisonnée

Menu validé par la diététicienne selon les exigences nutritionnelles en vigueur.

\*Produit local issu de la coop alimentaire

La composition de nos menus peut varier d'un jour à l'autre. Pour toute information concernant les allergènes présents dans nos menus, veuillez vous adresser au 0489/74.24.76 (API Restauration)