

LA PROVIDENCE

Semaine du 05 au 09 Janvier 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Carottes râpées Oeuf dur mayonnaise Salade d'endives	Céleri rémoulade Feuilleté au fromage Salade de pommes de terre		Salade de lentilles Salade verte et croûtons Rosette et cornichon	Coleslaw Pizza Rillettes de poisson
	Nuggets de blé sauce thaï	Sauté de porc à la moutarde Fricassée de poisson		Filet de merlu sauce citron Chipolatas sauce aux herbes	Sauté de poulet forestière Dos de colin sauce crème
	Steak haché sauce barbecue	Semoule Butternut rôti		Ecrasé de pommes de terre Poireaux gratinés	Blé Haricots beurre persillés
	Riz blanc Haricots verts			Plateau de fromages et assortiment de laitages	
	Galette des Rois Fruit de saison	Salade de fruits Liégeois Compote		Compote de pommes Fromage blanc au coulis de fruits Fruit de saison	Fruit de saison Beignet au sucre



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines

LA PROVIDENCE

Semaine du 12 au 16 Janvier 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Salade verte vinaigrette Macédoine de légumes Salade mexicaine	Samoussas Salade de pois chiches Salade composée		Champignons à la grecque Crêpe au fromage Emincé de chou chinois vinaigrette thaï	Taboulé Betteraves vinaigrette Charcuterie et cornichon
	Tartiflette Filet de poisson pané	Omelette		Dos de colin au pesto Boulettes au boeuf sauce tomate	Jambon braisé à la diable Marmite de colin aux petits légumes
	Pommes de terre Brocolis fleurette	Sauté de volaille aux olives Gnocchis Poêlée de légumes		Pâtes Carottes sautées	Pommes de terre vapeur Epinards à la crème
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Fruit de saison Mousse au chocolat Ananas à la menthe	Fruit de saison Donut's		Salade de fruits Crème dessert Compote	Fruit de saison Tarte au citron



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines

LA PROVIDENCE

Semaine du 19 au 23 Janvier 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Tapenade d'olives noires Salade verte et maïs Chou rouge aux pommes	Charcuterie et cornichon Carottes râpées Wrap aux crudités		Salade de pommes de terre Céleri rémoulade Salade verte fromagère	Pamplemousse au sucre Salade composée Quiche à l'oignon
	Quiche ricotta épinards	Sauté de boeuf à l'indienne Filet de hoki sauce suprême		Beignets au poisson Sauce carbonara	Merguez grillée Filet de colin aux épices
	Aiguillettes de poulet tex mex Boulgour Poêlée de légumes	Riz blanc Haricots verts sautés		Penne Gratin de chou-fleur	Semoule Légumes couscous
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Compote Fromage blanc au miel Mousse aux fruits	Fruit de saison Tarte coco		Fruit de saison Liégeois Cocktail de fruits	Fruit de saison Chou à la crème



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines

LA PROVIDENCE

Semaine du 26 au 30 Janvier 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Pizza Haricots verts à l' échalote Salade de pommes de terre	Coleslaw Poireaux vinaigrette Feuilleté salé		Salade de chou chinois Salade de boulgour Charcuterie	Salade mexicaine Macédoine de légumes Croque monsieur
	Echine de porc aux champignons Poisson au curry et lait de coco	Sauce fromagère		Brandade de poisson Hachis parmentier	Sauté de volaille Filet de colin sauce catalane
	Riz blanc Potimarron rôti	Sauce bolognaise Pâtes Brocolis fleurette		Carottes sautées	Potatoes au paprika Poêlée de légumes
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Eclair chocolat Salade de fruits	Cookie Fruit de saison		Fruit de saison Mousse au chocolat Fromage blanc et coulis de fruits	Ananas au sirop Crème dessert Panna cotta



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines

LA PROVIDENCE

Semaine du 02 au 06 Février 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Carottes râpées Oeuf dur mayonnaise Salade de blé	Salade verte et croûtons Charcuterie et condiment Céleri au curry		Feuilleté au fromage Salade composée Rillettes de poisson	Betteraves vinaigrette Salade de pois chiches Médaillon de surimi et mayonnaise
	Galette végétarienne	Chili con carne Dos de colin sauce nantua		Rouille de seiche Sauté de porc	Bolognaise Dos de merlu sauce estragon
	Cordon bleu Pâtes au beurre Gratin de légumes	Riz blanc Tombée d'épinards		Pommes vapeur Haricots beurre	Pâtes Julienne de légumes
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Chandeleur Fruit de saison	Fruit de saison Fromage blanc au coulis de fruits Crème aux oeufs		Compote Gaufre au sucre	Fruit de saison Mousse aux fruits Liégeois



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines

LA PROVIDENCE

Semaine du 09 au 13 Février 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Chou rouge râpé aux pommes Tapenade d'olives noires Salade de perles	Nems Salade de crudités Mousse de foie		Céleri rémoulade Pizza Salade composée	Salade verte et dés de fromage Champignons à la crème Feuilleté hot dog
	Blanquette de dinde Blanquette de poisson Riz Carottes persillées	Omelette Paupiette au veau et olives Blé Gratin de brocolis		Filet de poisson pané et citron Saucisse de Toulouse Pommes de terre sautées Haricots verts	Tajine de poulet Nuggets de poisson Semoule Légumes tajine
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Compote Crème dessert Fruit de saison	Tarte bourdaloue Fruit de saison		Fruit de saison Île flottante Fromage blanc au miel	Fruit de saison Brownie



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines

LA PROVIDENCE

Semaine du 16 au 20 Février 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Carottes râpées Salade de riz Salade d'endives	Salade de pommes de terre Salade de haricots verts Quiche lorraine		Salade de perles au surimi Macédoine de légumes Jambon blanc et cornichon	
	Tortellinis ricotta épinards			Gratin de poisson aux petits légumes Escalope viennoise	REPAS DU CHEF
	Sauté de boeuf à la moutarde	Saucisse de Toulouse Poisson à la bordelaise		Riz Petits légumes	
	Pâtes Poêlée de légumes	Lentilles cuisinées Courge rôtie			
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Gâteau basque Salade de fruits	Fruit de saison Liégeois Crème aux oeufs		Flan pâtissier Fruit de saison	



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines