



LA PROVIDENCE

Semaine du 07 au 11 Novembre 2022



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | |
|--------------------------------------|---|---|---|---|----------|--|
| D E J E U N E R | Salade composée Croque Monsieur | Quiche aux légumes Betteraves aux pommes |  | Salade d'endives au bleu Nem à la menthe | FERIE | |
| | Sauté de boeuf à la provençale Gratin de poisson | Filet de lieu sauce dieppoise Saucisse aux lentilles | | Lasagnes végétariennes | | |
| | Riz blanc Choux-fleurs persillés | Lentilles cuisinées Jeunes carottes | | Aiguillettes de volaille aux épices | | |
| | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages | | | Boulgour Haricots verts sautés | | |
| | Fruit de saison Tarte au chocolat Panna cotta au coulis de fruits | Salade de fruits Mousse au citron Gaufre au sucre | | Orange Crème saveur pralinée Pâtisserie du chef | | |



LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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 14 au 18 Novembre 2022



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|--------------------------------------|--|-------------------------|----------|--|--|
| D E J E U N E R | Céleri râpé Cake salé | <i>Repas Créole</i> | | Pamplemousse au sucre Pizza du chef | Roulé à la saucisse Salade fromagère |
| | Pâtes à la carbonara Pâtes au saumon Fondue de poireaux | | | Filet de poisson sauce au beurre blanc Merguez grillée au jus Gratin de choux fleurs Blé au beurre | Emincé de boeuf aux oignons Filet de hoki sauce tomate Frites Poêlée forestière |
| | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages | | | | |
| | Poire au chocolat Fromage blanc au sucre Salade de fruits | | | Liégeois Compote de pommes Fruit frais | Riz au lait Fruit de saison Tiramisu |



LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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 21 au 25 Novembre 2022



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | | |
|--------------------------------------|---|---|----------|---|---|--|--|
| D E J E U N E R | Salade de pâtes Poireaux vinaigrette | Champignons vinaigrette Oeufs mayonnaise | | Salade chou chinois et raisins secs Quiche au fromage | Houmous et toast Macédoine mayonnaise | | |
| | Galette végétarienne | Blanquette de veau Filet de lieu sauce tomate | | Escalope de porc aux herbes Gratin de fruits de mer | Sauté de volaille à la crème Dos de colin sauce safranée | | |
| | Steak haché de boeuf au jus | | | | | Mélange de céréales Poêlée de légumes | Epinards à la béchamel Semoule au jus |
| | Gratin dauphinois Haricots verts sautés | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Fruit de saison Flan nappé caramel Crêpe au sucre | | | Pomme cuite Ile flottante Tarte tatin | Banane Gâteau au yaourt Crème vanille | Fruit de saison Liégeois chocolat Compote de poire | |



LE MENU EQUILIBRE
en couleur verte et type gras
élaboré par nos diététiciennes



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 28 Novembre au 02 Décembre 2022



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | |
|--------------------------------------|---|---|----------|---|---|--|
| D E J E U N E R | Salade de haricots verts Jambon blanc et condiments | Carottes râpées vinaigrette Tarte aux légumes | | Céleri rémoulade Rillettes de sardines | Salade verte et croûtons Wrap crudités fromage frais | |
| | Boeuf bourguignon Filet de lieu sauce armoricaine | Volaille panée Filet de poisson sauce vierge | | Riz cantonnais végétarien | Aïoli de poisson Filet de dinde au jus | |
| | Pâtes au beurre Endives meunières | Poireaux à la crème Blé au beurre | | Sauté de porc aux oignons | Pommes vapeur Légumes aïoli | |
| | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages | | | | | |
| | Fruit de saison Tarte aux pommes Flan vanille | Cake marbré Mandarine Liégeois | | Salade de fruits Gâteau basque Fromage blanc coulis fruits rouges | Fruit de saison Flan pâtissier Mousse au citron | |



LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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 05 au 09 Décembre 2022



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | |
|--------------------------------------|---|--|----------|--|---|--|
| D E J E U N E R | Chou fleur sauce cocktail Oeuf dur au thon | Salade d'endives aux pommes Croque monsieur | | Coleslaw Médaille de surimi et mayonnaise | Salade composée Pizza | |
| | Poisson meunière et citron Cuisse de poulet rôtie aux herbes | Tartiflette végétarienne | | Couscous merguez Dos de colin au citron | Sauté de volaille au lait de coco et citron vert Rabas d'encornets | |
| | Potimarron gratiné Polenta crémeuse | Tartiflette du chef Poêlée de légumes verts | | Semoule aux raisins secs Jeunes carottes | Mélange de céréales Brocolis gratinés | |
| | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages | | | | | |
| | Crème dessert Compote de fruits Pâtisserie du chef | Fruit de saison Mousse caramel Fruits au sirop | | Tarte au chocolat Poire pochée Fruit frais | Fruit de saison Beignet chocolat Fromage blanc au sucre | |



LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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 Décembre 2022



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|--------------------------------------|---|--|----------|----------------------|---------------------|
| D E J E U N E R | Salade verte et dés de fromage Taboulé | Salade du chef Salade de boulgour | | | |
| | Omelette aux fines herbes | Hachis parmentier Brandade de poisson | | REPAS DE NOEL | MENU DU CHEF |
| | Aiguillettes de volaille à la crème | Potiron rôti | | | |
| | Coquillettes au beurre Gratin de choux fleurs | | | | |
| | Plateau de Fromages et Assortiment de Laitages | | | | |
| | Fruit de saison Crème au chocolat Tropézienne | Salade d'agrumes Tarte bourdaloue Flan caramel | | | |



LE MENU EQUILIBRE

en couleur verte et type gras élaboré par nos diététiciennes



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