

# LA PROVIDENCE

Semaine du 1er au 05 Septembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
D E J E U N E R	Pizza au fromage	Salade de tomates Salade de perles Samoussas		Salade verte vinaigrette Pâté de campagne Salade de pois chiches	Macédoine de légumes Pizza Courgettes râpées citronnées	
	Cheeseburger	<b>Omelette</b>		Filet de merlu sauce vierge Sauté de porc à la provençale	Cuisse de poulet rôti Filet de hoki sauce créole	
		Potatoes	Cordon bleu  Riz créole Courgettes sautées			Semoule Carottes braisées
	Plateau de fromages et assortiment de laitages					
	Mr Freeze	Fruit de saison Flan caramel Flan pâtissier		Fruit de saison Compote de pommes Panna cotta	Fruit de saison Liégeois Donut's	



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 08 au 12 Septembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Concombres sauce bulgare Salade mexicaine Mousse de foie et cornichon	Carottes râpées Taboulé Oeuf dur mayonnaise		Pastèque Tomates au basilic Quiche lorraine	Crêpe au fromage Salade verte et maïs Houmous et toast
	Sauté de porc aux olives Filet de merlu à l'aneth	<b>Tortellinis ricotta épinards</b>		<b>Colombo de poisson</b> Sauté de poulet	<b>Steak haché grillé</b> <b>Filet de poisson meunière</b>
	Riz blanc Piperade	Merguez  Pâtes au beurre Poêlée méridionale		Purée de pommes de terre Brocolis fleurette	Pommes de terre sautées Epinards à la crème
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Fruit de saison Mousse au chocolat Tarte aux fruits	Fruit de saison Flan vanille Compote		Salade de fruits Crème dessert Brownie	Fruit de saison Ile flottante Beignet



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 15 au 19 Septembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Salade de haricots verts Melon Nems de légumes	Salade verte au fromage Salade de thon au maïs Charcuterie et cornichon		Accras de morue Salade de haricots blancs Concombres vinaigrette	Toast au chèvre Coleslaw Salade de lentilles
	<b>Galette végétarienne</b>	<b>Pilons de poulet marinés</b> <b>Filet de colin sauce tartare</b>		<b>Carbonara de saumon</b> <b>Boulettes au veau sauce tomatée</b>	<b>Sauté de boeuf à l'indienne</b> <b>Gratin de poisson</b>
	<b>Rougail saucisse</b>				
	<b>Riz blanc</b> <b>Aubergines à la tomate</b>	<b>Potatoes</b> <b>Poêlée de légumes</b>		<b>Pâtes</b> <b>Courgettes braisées</b>	<b>Semoule au beurre</b> <b>Carottes sautées</b>
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Fruit de saison Entremet lacté Muffin	Fruit de saison Compote de pêche Flan caramel		Fruits au sirop Fromage blanc au miel Mousse aux fruits rouges	Fruit de saison Crème dessert Gâteau basque



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 22 au 26 Septembre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Céleri rémoulade Jambon blanc et cornichon Salade composée	<p><b>REPAS A THÈME</b></p> <p><b>ENGLISH TIME</b></p>		Salade de tomates Oeuf dur mayonnaise Salade de boulgour	Pizza Carottes râpées Tapenade d'olives
	Rôti échine de porc aux oignons Filet de lieu sauce nantua  Blé Ratatouille		Filet de merlu sauce aux crevettes Chipolatas  Riz Haricots verts	Hachis parmentier Blanquette de poisson  Purée de pommes de terre Julienne de légumes	
			Plateau de fromages et assortiment de laitages		
	Fruit de saison Liégeois Chou à la crème			Salade de fruits Fromage blanc à la confiture Cookie	Fruit de saison Crème dessert Gaufre 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 29 Septembre au 03 Octobre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D	Feuilleté au fromage Pamplemousse au sucre Salade de riz	Salade de pois chiches Betteraves vinaigrette Samoussas		Salade verte aux olives Macédoine de légumes Quiche	Taboulé Champignons à la grecque Toast au chèvre
	Sauté de volaille sauce forestière Nuggets de poisson	<b>Pâtes sauce fromagère</b>		<b>Filet de poisson meunière</b> Sauté de poulet citron et gingembre	<b>Saucisse grillée</b> Dos de colin sauce bourride
J		Steak haché grillé			
E	Blé Brocolis fleurette	Macaronis Poêlée de légumes		Pommes de terre sautées Epinards à la crème	Riz pilaf Carottes vichy
U	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
N					
E	Fruit de saison Flan vanille Gâteau au chocolat	Salade de fruits Entremet lacté Tarte coco		Ananas au sirop Mousse aux fruits Fromage blanc et miel	Fruit de saison Mousse au chocolat Tarte au citron
R					



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 06 au 10 Octobre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Pâté de campagne Salade verte et croûtons Salade de coeurs d'artichauts	Carottes râpées Salade de perles Houmous de pois chiches		Salade mexicaine Coleslaw Pizza	Salade composée Rillettes de poisson Salade de lentilles
	Tajine de volaille Poisson pané	<b>Omelette aux fines herbes</b>		Rouille de seiche Paupiette au veau sauce forestière	Sauce carbonara Sauce catalane
		Semoule Légumes tajine	Boulettes au boeuf sauce moutarde douce		
		Gnocchis Gratin de légumes			
	Plateau de fromages et assortiment de laitages				
	Fruit de saison Poire au sirop Ile flottante	Fruit de saison Crème dessert Tropézienne		Salade de fruits Crème aux oeufs Compote	Fruit de saison Entremet lacté Tarte aux pommes



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 13 au 17 Octobre 2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
D E J E U N E R	Salade de pommes de terre Céleri rémoulade Médailon de surimi	Salade de haricots verts Salade de blé Oeuf dur mayonnaise		Salade verte et mimolette Charcuterie et cornichon Quiche	REPAS DU CHEF	
	<b>Sauté de poulet au curry</b> Filet de lieu sauce échalote	<b>Chili sin carne</b>		<b>Filet de merlu au pesto</b> <b>Cordon bleu</b>		
	<b>Semoule</b> <b>Chou fleur</b>	<b>Steak haché sauce barbecue</b>		<b>Pâtes au beurre</b> <b>Poêlée de légumes</b>		
	Plateau de fromages et assortiment de laitages					
	Fruit de saison Mousse au chocolat Roulé à la confiture	Fruit de saison Crème dessert Banane au chocolat		Salade de fruits Flan vanille Gaufre		



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