|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Particularités** | **R** | **T** | **M** | **H** | **P** |
| **Lundi**  23 novembre  **Dîner** | Potage au panais |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
| Omelette du jardin |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Spaghetti bolognaise |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Cocktail de légumes |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Pouding au caramel |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Lundi**  23 novembre  **Souper** | Soupe bœuf et légumes | **MCF :** juste bouillon | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Pâté gaspésien (basa, fumet de poisson, purée de légumes) | **H :** écrasé à la fourchette | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Sandwichs assortis et salade d'orzo | **M :** pas de salade | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Macédoine |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Desserts assortis | **M :** voir desserts permis | **●** | **●** | **●** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Mardi**  24 novembre  **Dîner** | Soupe aux gourganes | **MCF :** juste bouillon | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Croissant dinde, fromage et pesto |  | **●** | **●** |  |  |  |
| Steakette de bœuf aux champignons |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée et courge butternut |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Carottes et pois |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Salade de chou |  | **●** | **●** |  |  |  |
| Carré à la citrouille, fromage et chocolat |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| **Mardi**  24 novembre  **Souper** | Crème potagère |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
| Tofu général tao sur riz | **M :** pas d’oignon vert | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Hachis de bœuf parmentier |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Carottes glacées et brocolis fleurettes |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Mousse à la mandarine |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Mercredi**  25 novembre  **Dîner** | Crème de poireaux |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
| Croquettes de jambon, sauce miel et dijon |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Bœuf aux légumes |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Macédoine |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Croustillant à la rhubarbe de Caro |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Mercredi**  25 novembre  **Souper** | Soupe poulet et alphabet | **MCF :** juste bouillon | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Frittata western |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Galette de porc sauce BBQ |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée et ciboulette |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Légumes mélangés |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Roulé viennois | **H :** écrasé à la fourchette avec lait/crème | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Jeudi**  26 novembre  **Dîner** | Potage crécy (carottes) |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
| Pâté au poulet | **M :** pas de rebord de croûte | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Saucisses lyonnaises (oignon) |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Jardinière de légumes |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Tarte aux pommes et crème sure |  | **●** | **●** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ***Légende R :*** *régulière* ***T :*** *tendre* ***M :*** *molle* ***MCF****: molle coupée fin* ***H :*** *hachée* ***P :*** *purée* **● :** *permis* | | | | | | | |



**Menu d’hiver, semaine 3 Semaine du**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Particularités** | **R** | **T** | **M** | **H** | **P** |
| **Jeudi**  26 novembre  **Souper** | Soupe aux légumes | **MCF :** juste bouillon | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Pain doré, fruits et fromage | **M :** voir fruits permis  **s/multiphase** : fruits non permis | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Lasagne à la viande | **M :** pas de fromage | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée à la courge butternut |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Salade verte ~~Macédoine~~ |  | **●** | **●** |  |  |  |
| Tapioca |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Vendredi**  27 novembre  **Dîner** | Soupe coquille et boeuf |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Longe de porc grillée sauce au thé et à la menthe |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Gratin de poisson et macaroni (saumon/basa) | **M :** pas de fromage | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Jardinière de légumes |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| ~~Salade césar~~ | **~~T :~~** ~~pas de croûton~~ |  |  |  |  |  |
| Étagé au chocolat |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| **Vendredi**  27 novembre  **Souper** | Crème potagère |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
| Pain de viande sauce BBQ |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Pizza méditéranéenne |  | **●** |  |  |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Petits légumes |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Blanc manger et coulis de fruits |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Samedi**  28 novembre  **Dîner** | Crème de tomates et basilic |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
| Émincé de poulet, sauce aux champignons |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Linguini campagnard |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Légumes assortis |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Gâteau au fromage |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Samedi**  28 novembre  **Souper** | Soupe aux pois | **s/multiphase :** non permis  **H + P** : version purée disponible | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Boulette bœuf aux pêches |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Blanquette aux œufs |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Légumes cocktail |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Carré aux dattes | **M :** avec lait/crème | **●** | **●** | **●** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Dimanche**  29 novembre  **Dîner** | Soupe poulet et nouilles |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Filet de saumon, crème et pesto de basilic | **H :** écrasé à la fourchette | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Cubes de porc, façon brochette, sur riz | **M :** riz permis | **●** | **●** |  |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Légumes du jour |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| ~~Salade et vinaigrette~~ |  |  |  |  |  |  |
| Tarte au sucre |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| **Dimanche**  29 novembre  **Souper** | Potage parmentier |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
| Poulet au beurre |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Hachis hivernal |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| P. de terre purée |  | **●** | **●** | **●** | **●** |  |
| Macédoine |  | **●** | **●** | **●** |  |  |
| Mousse ~~tiramisu~~ au fruit de la passion |  | **●** | **●** | **●** | **●** | **●** |
| ***Légende R :*** *régulière* ***T :*** *tendre* ***M :*** *molle* ***MCF****: molle coupée fin* ***H :*** *hachée* ***P :*** *purée* **● :** *permis* | | | | | | | |



**Menu d’hiver, semaine 3 Semaine du**