


## SUGGESTION DU SOIR - OCTOBRE 2020

Lundi 28.9	Mardi 29.9	Mercredi 30.9	Jeudi 01 octobre	Vendredi 02	Samedi 03	Dimanche 04
	tarte au fromage salade verte  laitage fruit	omelette pomme sautée  fromage fondu mousse citron	haricot vert céréales gourmandes fromage dessert lacté aux fruits	quenelle brochet sce Nantua courgette sautée  fromage crème dessert vanille	cordon bleu endives braisées  yaourt nature bio pêche au sirop	polenta sauce forestière  petit suisse aromatisé fruit
Lundi 05	Mardi 06	Mercredi 07	Jeudi 08	Vendredi 09	Samedi 10	Dimanche 11
jambon blanc pâtes aux légumes  Dessert lacté à la mandarine	roulé au fromage épinards hachés  yaourt aromatisé fruit	tortilla carotte persillée  fromage coupelle tropicale	filet de poisson pané riz à la tomate  fromage fruit	cake aux légumes salade verte  fromage fruit	filet de poulet au jus petits pois  fromage crème dessert vanille	jambon blanc semoule aux légumes  fromage blanc aromatisé fruit
Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
filet de poisson  haricot vert  fromage mousse chocolat	trio de légumes semoule fromage blanc poire au sirop	omelette aux herbes  spaghetti  yaourt nature compote duo	blanc de dinde au jus  épinards hachés  fromage fruit	jambon blanc pomme de terre Bio sautée  yaourt nature mangue en cubes	quenelle sauce tomate  salade verte  grand yaourt aux fruits	filet de dinde au jus  petits pois  fromage fruit
Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
filet de poisson à l'oseille carottes persillées  fromage liégeois aux fruits	tortellini sauce tomate  fromage blanc compote	boulette de boeuf au jus pomme vapeur BIO  fromage fruit	tortilla aux oignons brocolis persillés  fromage fruit	cake au légumes salade verte  saint Bricet abricot au sirop	filet de poisson meunière côtes de bettes persillées  compote	sot l'y laisse de volaille haricot vert  coupe d'agrumes
Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30	Samedi 31	Dimanche 01.11
jambon blanc épinards hachés  Fromage fondu Liegeois fruits	croque monsieur salade verte  Fromage blanc poire au sirop	carottes sautées gnocchis  yaourt aromatisé BIO fruit	filet de poisson sauce persil courgette à la tomate  fromage cocktail de fruits	jambon au grill jardinière de légumes  fromage fruit	pizza salade verte  yaourt nature cocktail de fruit	raviolis frais sauce tomate  fromage blanc aromatisé fruit