










## Menus dièt 4 jours EGALIM

	LUNDI 27/02/2023	MARDI 28/02/2023	MERCREDI 01/03/2023	JEUDI 02/03/2023	VENDREDI 03/03/2023
Entrée	Betteraves vinaigrette 	Salade de pommes de terre rémoulade 		Accras de morue	Chou blanc au fromage 
Plat protidique	Lasagnes bolognaises	Nugget's de poisson		Sauté de volaille à la crème	Chili sin carne 
Accompagnement	Salade iceberg	Petits pois		Haricots beurre	Riz créole
Produit laitier	Coulommiers 	Yaourt sucré 		Carré d'as	Mimolette
Dessert	Compote de pommes 	Fruit frais 		Yaourt aromatisé	Salade de fruits exotiques 

Recette avec du porc









Agriculture biologique



Recette végétarienne



## Menus dièt 4 jours EGALIM

	LUNDI 06/03/2023	MARDI 07/03/2023	MERCREDI 08/03/2023	JEUDI 09/03/2023	VENDREDI 10/03/2023
Entrée	Saucisson ail 	Raïta de betteraves		Macédoine mayonnaise 	Coleslaw (chou, carotte) 
Plat protidique	Poisson pané	 Saucisses aux haricots blancs		 Rôti de porc sauce aigre douce 	Gratin de pâtes au fromage
Accompagnement	Ratatouille	Plat complet		Beignets de brocolis	Salade verte 
Produit laitier	Camembert 	Yaourt aromatisé		Chantailou	Saint paulin
Dessert	Compote pomme fraise	Fruit frais 		Fruit frais 	Beignet au chocolat

Recette avec du porc












Agriculture biologique



Recette végétarienne



Menus dièt 4 jours EGALIM

	LUNDI 13/03/2023	MARDI 14/03/2023	MERCREDI 15/03/2023	JEUDI 16/03/2023	VENDREDI 17/03/2023
Entrée	Céleri rémoulade 	Œuf dur mayonnaise		Betteraves vinaigrette 	Chou blanc au fromage 
Plat protidique	Irish stew de boulettes d'agneau, carottes et panais	 Crêpe au fromage		Tandoori de volaille	 Rôti de porc froid mayonnaise
Accompagnement	Plat complet	Purée de potiron		Riz créole 	Frites
Produit laitier	Camembert 	Yaourt sucré 		Carré président	Edam
Dessert	Fromage blanc sucré	Fruit frais 		Compote de pommes 	Moëlleux au citron 

Recette avec du porc

Agriculture biologique



Recette végétarienne



Menus dièt 4 jours EGALIM



	LUNDI 20/03/2023	MARDI 21/03/2023	MERCREDI 22/03/2023	JEUDI 23/03/2023	VENDREDI 24/03/2023
Entrée	Salade suisse (salade verte, emmental, tomate)	Taboulé 		Carottes râpées vinaigrette d'agrumes 	Crêpe au fromage
Plat protidique	Raviolis	 Nugget's de blé		Saute de porc au paprika 	Tajine de volaille à l'orange
Accompagnement	Salade verte	Ratatouille		Gratin de macaronis tomate et fromage	Légumes du tajine
Produit laitier	Petit suisse sucré	Camembert 		Gouda	Brie 
Dessert	Fruit frais 	Liégeois vanille		Fruit frais 	Eclair au chocolat

Recette avec du porc

Agriculture biologique



Recette végétarienne



Menus diét 4 jours EGALIM

	LUNDI 27/03/2023	MARDI 28/03/2023	MERCREDI 29/03/2023	JEUDI 30/03/2023	VENDREDI 31/03/2023
Entrée	Salade de pommes de terre thon ciboulette tomates vinaigrette 	Betteraves vinaigrette 		Macédoine mayonnaise 	Chicken salade (salade verte, volaille, maïs, tomate)
Plat protidique	Jambon sauce Dijonnaise 	Haché de veau au poivre		Chili Végétarien aux haricots rouges 	Filet de poisson meunière
Accompagnement	Gratin de légumes 	Frites		Riz créole	Carottes vichy 
Produit laitier	Carré de l'est	Petit suisse aromatisé aux fruits		Bûchette de chèvre	Saint paulin
Dessert	Yaourt sucré Local 	Fruit frais 		Compote pomme abricot	Moelleux au caramel 

Recette avec du porc

Agriculture biologique



Recette végétarienne



Menus dièt 4 jours EGALIM

	LUNDI 03/04/2023	MARDI 04/04/2023	MERCREDI 05/04/2023	JEUDI 06/04/2023	VENDREDI 07/04/2023
Entrée	Salade de riz au thon	Taboulé 		Œuf dur mayonnaise	Carottes râpées 
Plat protidique	Cordon bleu	Saute de porc au paprika 		Gratin Dauphinois 	Pavé de poisson blanc sauce tomate
Accompagnement	Petits pois	Beignets de brocolis		Salade verte	Coquillettes 
Produit laitier	Yaourt aromatisé	Camembert 		Vache picon	Emmental
Dessert	Fruit frais 	Liégeois vanille		Fruit frais 	Cake marbré

Recette avec du porc







Agriculture biologique



Recette végétarienne



## Menus dièt 4 jours EGALIM

	LUNDI 10/04/2023	MARDI 11/04/2023	MERCREDI 12/04/2023	JEUDI 13/04/2023	VENDREDI 14/04/2023
Entrée		Crêpe au fromage		Concombre vinaigrette	Betteraves vinaigrette 
Plat protidique		Pavé de poisson blanc Dieppoise		Potatoes Burger	Escalope de volaille sauce charcutière
Accompagnement		Haricots verts		Salade verte	Purée de carottes 
Produit laitier		Camembert 		Brie 	Yaourt sucré
Dessert		Fruit frais 		Compote de poire	Cake noix de coco 

Recette avec du porc

Agriculture biologique



Recette végétarienne

