

# Semaine du 4 au 8 janvier 2021

(école élémentaire)

## lundi

Déjeuner

**Végétarien**

Taboulé (1)  
Omelette   
au fromage (3-7)  
Rôsti de légumes (9)

Pomme 

Goûter

Cake nature (1-3-7)   
Yaourt à boire (7)  
Clémentine 

Idées pour le soir

Soupe aux légumes  
Salade composée  
Crème aux œufs

## mardi

Déjeuner

Salade de mâche  
Lasagnes au saumon (1-2-3-4-7-9)

Camembert (7) 

Ananas 

Goûter

Pain au lait (1-3-7)  
Barre de chocolat (8-7)  
Yaourt à boire (7)


Idées pour le soir

Quiche aux légumes  
Salade verte  
Corbeille de fruit

## mercredi

Déjeuner

**Végétarien**

Dahl de lentilles et boulgour (1)   
Tomme catalane (7)

Compote de fruits 

Goûter

Petit beurre (1-3-7)  
Petits suisses aux fruits (7)  
Jus de pomme



Idées pour le soir

Endives au jambon  
Plateau de fromage  
Corbeille de fruit

## jeudi

Déjeuner

Salade iceberg   
(vinaigrette à la moutarde)  
(10-12)

Cuisse de poulet   
Carottes vichy 

Galette des rois  
(1-3-7-8)

Goûter

Pain de mie (1-8)  
Edam (7)   
Banane 

Idées pour le soir

Spaghetti à la tomate  
Yaourt nature  
Compote de fruits

## vendredi

Déjeuner

Menu des montagnes 

Velouté de légumes (7) 

Tartiflette (7)

Fromage blanc et coulis de fruits (7) 

Goûter

Pain au chocolat (1-3-8-7)  
Compote de fruits

Idées pour le soir

Salade de lentilles et œuf poché  
Fruit au sirop