



Semaine n°18 du 6 au 12 janvier 2020

NOM DU CLIENT

	MENU A	MENU B	MENU C - VEG	COMPLÉMENTS
LUNDI	Omelette à la japonaise Légumes grillés (PC) — Fromage frais au sel de Guimond Purée pomme terre	Salade de la semaine Entrée de dinde à l'orange Noodle broché Yaourt aromatisé Riz	Fromage Saumon fumé Bûche aux saucisses fumées Carottes et champignons sautés	Fromage Saumon fumé Bûche de saucisses au vin
MARDI	Mousseline de légumes moutarde Pommes de terre (PC) — Rendons nature Pommes de terre	Servisse légumes Escalope de porc sauté dynamite Omelette poivré Riz Entrée de dinde	Fromage de légumes Cake au 3 fromages Salade verte au défilé	Fromage de légumes Riz au sel à la fleur d'orange
MERCREDI	Carottes vinaigrette Omelette Coupelles Yaourt nature Omelette	Salade saumon Poulette de veau sauté tomates Purée de légumes Vielles patates Purée pomme terre	Vegetal de poulet Carottes et brochet sauté moutarde Epinards à la crème — Tapioca au lait	Vegetal de poulet Tapioca au lait
JEUDI	Beignets vinaigrette Jambon blanc Bûche béchamel Omelette anglaise Moules	Carottes râpées choucroute Bœuf haché Purée de patates Pain 1/2 sel Riz sauté	Fromage de légumes Escalope saumon Purée patates au jus — Orange	Fromage de légumes Serrano au lait au sel
VEDREDI	Omelette Pât de sel avec légumes Carottes brochées Tartine blanche Riz au sel à la carotte	Pât de sel Bûche demi sel Lentilles Yaourt nature Pommes de terre	Fromage au brocoli Pommes au brocoli sauté fumé (PC) — Omelette saumon poivré	Fromage au brocoli Bûche de saumon sauté
SABEDI	Omelette vinaigrette Tomates aux herbes d'après (PC) — Entrée Purée pomme terre	Salade de poulet avec carottes Purée saumon vapeur d'agneau Pommes sautées aux légumes Escalope saumon Légumes sauté	Fromage de légumes Crepes - Moutarde Salade verte au défilé	Fromage de légumes Tapioca au lait au sel
DIMANCHE	Salade Pât de dinde mouillée Riz aux petits légumes Omelette Tarte aux pommes	Salade de patates mouillées à l'orange Bûche au brocoli (PC) — Carottes Omelette	Fromage saumon Purée de légumes à la crème (PC) — Fromage blanc à la crème de moutarde	Fromage saumon Purée au lait

ATTENTION :
 Attention à la consommation excessive, votre santé
 sera en danger. Consommez avec modération.
 Ne pas abuser de l'alcool, du sucre, du sel, du
 gras et des produits transformés.

AtouSages est membre de la Fédération Française
 des Associations de Nutritionnistes et Diététiciens (FFAN) et
 est adhérent à la Haute Ecole de Nutrition et de
 Santé (HENS) de la région de Bruxelles.
 © AtouSages 2019. Tous droits réservés.