|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Vendredi 16 novembre** | **Samedi 17 novembre** | **Dimanche 18 novembre** | **Lundi 19 novembre** | **Mardi 20 novembre** | **Mercredi 21 novembre** | **Jeudi 22 novembre** |
| ***Petit déjeuner*** | ***Petit déjeuner*** | ***Petit déjeuner*** | ***Petit déjeuner*** | ***Petit déjeuner*** | ***Petit déjeuner*** | ***Petit déjeuner*** |
| **1 bol de café vert ou chicorée**  **Biscotte ou pain ou céréales**  **Confiture, beurre et miel**  **1 verre de jus d’orange ou 1 fruit** | **1 bol de café vert ou chicorée**  **Biscotte ou pain ou céréales**  **Confiture, beurre et miel**  **1 verre de jus d’orange ou 1 fruit** | **1 bol de café vert ou chicorée**  **Biscotte ou pain ou céréales**  **Confiture, beurre et miel**  **1 verre de jus d’orange ou 1 fruit** | **1 bol de café vert ou chicorée**  **Biscotte ou pain ou céréales**  **Confiture, beurre et miel**  **1 verre de jus d’orange ou 1 fruit** | **1 bol de café vert ou chicorée**  **Biscotte ou pain ou céréales**  **Confiture, beurre et miel**  **1 verre de jus d’orange ou 1 fruit** | **1 bol de café vert ou chicorée**  **Biscotte ou pain ou céréales**  **Confiture, beurre et miel**  **1 verre de jus d’orange ou 1 fruit** | **1 bol de café vert ou chicorée**  **Biscotte ou pain ou céréales**  **Confiture, beurre et miel**  **1 verre de jus d’orange ou 1 fruit** |
| ***Déjeuner*** | ***Déjeuner*** | ***Déjeuner*** | ***Déjeuner*** | ***Déjeuner*** | ***Déjeuner*** | ***Déjeuner*** |
| **Cuisse de dinde rôtie**  **Epinards-quinoa**  **Fromage**  **1 fruit** | **Gratin de fruit de mer et chou-fleur**  **boulgour**  **1 fruit** | **Foie de bœuf persillé à l’ail**  **Semoule et poivrons sautés**  **1 verre de lait de soja**  **1 fruit** | **Rôti de porc aux oignons et champignons de paris-tagliatelles**  **Fromage**  **1 fruit** | **Filet d’espadon**  **Riz blanc/haricots beurre**  **fromage**  **1 fruit** | **Gigot d’agneau**  **Farfalles-haricots verts**  **1 fruit** | **Escalopes de poulet panées**  **Pommes de terre et courgettes sautées**  **fromage**  **1 fruit** |
| ***Dîner*** | ***Dîner*** | ***Dîner*** | ***Dîner*** | ***Dîner*** | ***Dîner*** | ***Dîner*** |
| **Soupe au chou et lard**  **Compote de pomme avec fruits secs** | **Tomate mozarella**  **Viande des grisons**  **Compote de pomme avec fruits secs** | **Soupe de légumes**  **Jambon blanc**  **Compote de pomme avec fruits secs** | **Crépe sarasin au saumon et boursin**  **Compote de pomme avec fruits secs** | **Soupe aux oignons**  **Œufs durs**  **Compote de pomme avec fruits secs** | **Quiche lorraine façon sauce soja et dés de jambon**  **Salade verte**  **Compote de pomme avec fruits secs** | **Endives au jambon gratinées au fromage de chêvre**  **Compote de pomme avec fruits secs** |