

Menu de base hiver

Semaine 1 :

- Chicon gratin, purée, légume
- Cabillaud à l'ail, riz, légume
- Couscous, poulet

Semaine 2 :

- Poulet rôti, frite, compote
- Pâte bolo végétarienne
- Riz sauté asiatique

Semaine 3 :

- Choux farcie, riz, poivronnade
- Risotto au champignon
- Bœuf gaufre au légume

Semaine 4 :

- Roti de porc, croquette
- Tortillas
- Lasagne blanche

Semaine 5 :

- Nuggets de poulet, frites de légumes, purée de betterave ou panais
- Poisson en papillote
- Pâte à la truffe

Semaine 6 :

- Lasagne bolognaise
- Scampi sauté
- Roti en croute d'herbe

Semaine 7 :

- Hamburger maison
- Salade de boulgour (salade en été, mix légume cru en hiver)
- Crêpe salée

Semaine 8 :

- Boulette liégeoise, frite, légume/salade
- Ratatouille de légume, tomate, riz
- Tartiflette

Semaine 9 :

- Carbonnade flamande, purée
- Pâte aux légumes
- Poulet estragon

Semaine 10 :

- Poisson pané, purée, tartare maison
- Déclinaison de carotte ?
- Mignonette de porc dijonnaise