

## Menu Hypocalorique du 27 mars au 2 avril

Tous nos menus sont également proposés sans porc

Lun. 27 mar.	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Concombre tzatziki s/graisse <b>EMINCE DE BOEUF MODE S/GRAISSE</b> <b>Blettes s/graisse</b> Fromage blanc 0% Poire	Potage Soubise Céleri râpé à la ciboulette s/graisse <b>OEUF BROUILLES AUX POIVRONS S/G.</b> <b>Petits pois s/graisse</b> Yaourt Entremets citron s/sucre
Mar. 28 mar.	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Salade de navets s/graisse <b>AIGUILLETTES DE POULET AU JUS S/GR.</b> <b>Courgettes s/graisse</b> Fromage allégé Tarte ananas à la stevia	Potage Haricots verts et marjolaine Mousse de légumes s/graisse <b>FILET DE HOKI SAUCE CITRON S/GRAI...</b> <b>Haricots verts s/graisse</b> Yaourt Orange
Mer. 29 mar.	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Courgettes râpées au basilic s/graisse <b>SAUTE DE BOEUF AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Petits pois carottes s/graisse</b> Yaourt nature 0% Entremets fraise s/sucre	Potage Mimosa OEuf dur nature s/graisse <b>ROTI DE DINDE SAUCE POULETTE S/GR..</b> <b>Brocolis s/graisse</b> Yaourt Poire
Jeu. 30 mar.	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Betteraves cuites persillées s/graisse <b>FILET DE COLIN SAUCE HOMARDINE S/..</b> <b>Haricots verts s/graisse</b> Fromage allégé Orange	Potage Dubarry Salade verte s/graisse <b>STEAK HACHE DE BOEUF SAUCE PIQUAN.</b> <b>Fondue de poireaux s/graisse</b> Yaourt Moelleux chocolat s/sucre
Ven. 31 mar.	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Fenouil râpé aux herbes s/graisse <b>EMINCE DE PORC SAUCE MIEL ET GING...</b> <b>Légumes piperade s/graisse</b> Yaourt nature 0% Entremets vanille s/sucre	Potage Parmentier Céleri râpé à la ciboulette s/graisse <b>OMELETTE AUX HERBES S/GRAISSE</b> <b>Brunoise de légumes s/graisse</b> Yaourt Purée pomme-banane s/sucre
Sam. 01 avr.	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Fenouil râpé aux herbes s/graisse <b>EMINCE DE PORC SAUCE MIEL ET GING...</b> <b>Légumes piperade s/graisse</b> Yaourt nature 0% Entremets vanille s/sucre	Potage Parmentier Céleri râpé à la ciboulette s/graisse <b>OMELETTE AUX HERBES S/GRAISSE</b> <b>Brunoise de légumes s/graisse</b> Yaourt Purée pomme-banane s/sucre
Dim. 02 avr.	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Haricots verts persillés s/graisse <b>FILET DE HOKI SAUCE PROVENCALE S/..</b> <b>Carottes au cumin s/graisse</b> Fromage allégé Kiwi	Potage Oignons Concombre à l'aneth s/graisse <b>EMINCE DE BOEUF AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Epinards s/graisse</b> Yaourt Entremets pistache s/sucre

### CARTE DE REMPLACEMENT

Filet de colin sauce à la provençale et haricots verts aux oignons

Plat tous légumes s/sel : Pâtes du jour & Jardinière de légumes

\* contient du porc

## Menu Hypocalorique du 3 avril au 9 avril

*Tous nos menus sont également proposés sans porc*

<b>Lun. 03 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Chou rouge émincé persillé s/graisse <b>ROTI DE BOEUF SAUCE BOURGUIGNON..</b> <b>Jardinière de légumes s/graisse</b> Fromage blanc 0% Entremets chocolat s/sucre	Potage Clamart Endives émincées aux herbes s/graisse <b>CUISSE DE POULET AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Endives braisées s/graisse</b> Yaourt Poire
<b>Mar. 04 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Radis s/graisse <b>FILET DE MERLU SAUCE ARMORICAINE...</b> <b>Haricots beurre s/graisse</b> Fromage allégé Moelleux citron s/sucre	Potage Fontange Mousse de poisson s/graisse <b>ESCALOPE DE DINDE AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Ratatouille s/graisse</b> Yaourt Pomme
<b>Mer. 05 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Cœur de palmier s/graisse <b>ROTI DE PORC AU JUS S/GRAISSE(*)</b> <b>Brocolis s/graisse</b> Yaourt nature 0% Pomme	Potage Soissons Segments de pamplemousse s/graisse <b>STEAK HACHE DE VEAU SAUCE CERFEUI..</b> <b>Haricots plats à la coriandre s/graisse</b> Yaourt Entremets caramel s/sucre
<b>Jeu. 06 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Betteraves cuites à la ciboulette s/graisse <b>EMINCE DE DINDE AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Brunoise de légumes s/graisse</b> Fromage allégé Purée pomme-banane s/sucre	Potage Santé Salade verte s/graisse <b>FILET DE HOKI VAPEUR &amp; CITRON S/G...</b> <b>Légumes au curry s/graisse</b> Yaourt Entremets citron s/sucre
<b>Ven. 07 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Pousse de soja & radis émincés s/graisse <b>STEAK HACHE DE BOEUF AU JUS S/GRA..</b> <b>Emincé de poireaux s/graisse</b> Yaourt nature 0% Moelleux framboise s/sucre	Potage Cultivateur Courgettes râpées au basilic s/graisse <b>OEUF DURS NATURE S/GRAISSE</b> <b>Blettes à la tomate s/graisse</b> Yaourt Kiwi
<b>Sam. 08 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Pousse de soja & radis émincés s/graisse <b>STEAK HACHE DE BOEUF AU JUS S/GRA..</b> <b>Emincé de poireaux s/graisse</b> Yaourt nature 0% Moelleux framboise s/sucre	Potage Cultivateur Courgettes râpées au basilic s/graisse <b>OEUF DURS NATURE S/GRAISSE</b> <b>Blettes à la tomate s/graisse</b> Yaourt Kiwi
<b>Dim. 09 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Céleri râpé aux herbes s/graisse <b>ESCALOPE DE DINDE AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Carottes s/graisse</b> Fromage allégé Entremets chocolat s/sucre	Potage Provençal Macédoine de légumes s/graisse <b>DOS DE COLIN SAUCE FACON AIOLI S/..</b> <b>Julienne de légumes s/graisse</b> Yaourt Poire

### CARTE DE REMPLACEMENT

Filet de colin sauce à la provençale et haricots verts aux oignons

Plat tous légumes s/sel : Pâtes du jour & Jardinière de légumes

\* contient du porc

## Menu Hypocalorique du 10 avril au 16 avril

*Tous nos menus sont également proposés sans porc*

<b>Lun. 10 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Chou blanc râpé à la ciboulette s/graisse <b>ROTI DE VEAU SAUCE PAPRIKA S/GRAI..</b> <b>Petits pois carottes s/graisse</b> Fromage blanc 0% Moelleux citron s/sucre	Potage Champignons Haricots verts à l'indienne s/graisse <b>FILET DE POULET AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Ratatouille s/graisse</b> Yaourt Orange
<b>Mar. 11 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Mousse de légumes s/graisse <b>SAUTE DE BOEUF AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Haricots verts s/graisse</b> Fromage allégé Pomme	Potage Andalouse Salade du jardin s/graisse <b>FILET DE MERLU SAUCE NICOISE S/GR...</b> <b>Epinards s/graisse</b> Yaourt Entremets vanille s/sucre
<b>Mer. 12 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Salade de navets s/graisse <b>EMINCE DE PORC SAUCE DIABLE S/GRA.</b> <b>Fondue de poireaux s/graisse</b> Yaourt nature 0% Entremets pistache s/sucre	Potage Crécy Petits pois à la menthe s/graisse <b>FILET DE HOKI SAUCE CITRON S/GRAI...</b> <b>Courgettes au cumin s/graisse</b> Yaourt Kiwi
<b>Jeu. 13 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Haricots verts persillés s/graisse <b>OEUFS BROUILLES A LA PORTUGAISE S..</b> <b>Légumes tajine s/graisse</b> Fromage allégé Orange	Potage Julienne Salade verte s/graisse <b>STEAK HACHE DE BOEUF SAUCE AU POI...</b> <b>Brocolis s/graisse</b> Yaourt Entremets café s/sucre
<b>Ven. 14 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Chou rouge émincé aux pommes s/graisse <b>ROTI DE PORC AU JUS S/GRAISSE(*)</b> <b>Petits pois s/graisse</b> Yaourt nature 0% Entremets chocolat s/sucre	Potage Poireaux Pommes de terre Courgettes râpées à l'estragon <b>ESCALOPE DE POULET AU JUS S/GRAIS..</b> <b>Haricots beurre s/graisse</b> Yaourt Purée pomme-banane s/sucre
<b>Sam. 15 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Chou rouge émincé aux pommes s/graisse <b>ROTI DE PORC AU JUS S/GRAISSE(*)</b> <b>Petits pois s/graisse</b> Yaourt nature 0% Entremets chocolat s/sucre	Potage Poireaux Pommes de terre Courgettes râpées à l'estragon <b>ESCALOPE DE POULET AU JUS S/GRAIS..</b> <b>Haricots beurre s/graisse</b> Yaourt Purée pomme-banane s/sucre
<b>Dim. 16 avr.</b>	<b>Entrée</b>  <b>Plat garni</b>  <b>Fromage Dessert &amp; laitage</b>	Endives émincées à la ciboulette s/graisse <b>SAUTE DE BOEUF AU JUS S/GRAISSE</b> <b>Aubergines s/graisse</b> Fromage allégé Entremets vanille s/sucre	Potage Esaü Betteraves cuites au persil s/graisse <b>PORTION DE FILET DE COLIN SAUCE M...</b> <b>Carottes s/graisse</b> Yaourt Pomme

### CARTE DE REMPLACEMENT

Filet de colin sauce à la provençale et haricots verts aux oignons

Plat tous légumes s/sel : Pâtes du jour & Jardinière de légumes

\* contient du porc