

Menu de la semaine du 03 au 07 juin 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	VALEUR ENERGETIQUE
Potage	Velouté de chou fleur (12)	Bouillon thaï (1,6,9)	Crème de courgettes au kiri (7)	Soupe fenouil pommes de terre (12)	Crème d'asperges (7,12)	Pour 200mL de potage : - de légumes 75kcal - de légumineuse ou de pomme - de terre 150kcal
Entrée	Salad'bar avec salades composées et crudités dont 1 bio (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12)					
Plat froid	Melon, jambon cru / Dips de légumes (3)					
Plat du jour	Cuissé de poulet rôti à l'oignon (1,6,7,9)	Dos de lieu noir, sauce crème citronnée et ciboulette (1,4,7,12)	Cordon bleu de dinde (1,6,7,9)	Currywurst	Lasagnes de bœuf (1,3,6,7,9)	*Pour 120g de plat protidique : - volaille 150kcal - poisson 120kcal - bœuf ou porc 170kcal - sauce 15kcal - friture : 270kcal
Show cooking	Cuisine du monde Boulettes de bœuf à la napolitaine (1,6)	Cocotte Rôti de porc au romarin (1,6,7,9)	Cuisine du monde Tajine de bœuf (1,6,7,8,9,10,12)	Grillade Filet de Hoki basquaise (4)	Cuisine du monde Wok de poulet et citronnelle (1,6,7,9)	*Pour les plats complets - Pasta 200g : 250kcal - tartine : 270kcal
Plat végétarien	Paëlla veggie (3,6,12)	Tarte provençale (1,3,6,7,9)	Nuggets végétarien (1,3,6,7,9)	Galette purée et chou fleur, sauce fromage blanc (7,12)	Œuf brouillé (3,7)	Pour 120g de plat végétarien : - légumes et féculents 220kcal - œuf : 200kcal - friture : 270kcal
Féculents et légumes	Coquillettes (1) Riz safrané Carottes persillées Poêlée printanière (9)	Ecrasé de pommes de terre (7,12) Ebly (1) Tomate grillée Petit pois	Quinoa Semoule (1) Brocolis Ecrasé d'aubergine	Pommes de terre grenaille Penne (1) Poireaux braisés (7) Champignons	Riz thaï Dahl de lentilles Haricots verts Courgettes jaunes	Pour 170g de féculent : 200kcal Pour 150g de fritures : 430kcal Pour 100g de légume : 50kcal
Desserts	Fruit'bar de fruits coupés de saison ou compote du jour - Produits laitiers dont 1 bio (1, 3, 6, 7)					
Du jour	Babybel (7)	Crumble de pêches (1,3,7)	Cheese cake (1,3,6,7,8)	Beignet au chocolat (1,3,6,7,8)	Panna cotta, fruits rouges (7)	Pour un fruit / compote : 75kcal Pour un produit laitier : 95kcal Pour une pâtisserie : 250kcal Pour un dessert du jour : 150kcal

1=gluten, 2=crustacés, 3=œuf, 4=poisson, 5=arachide, 6=soja, 7=lait, 8=fruits à coques, 9=céleri, 10=moutarde, 11=sésame, 12=sulfites, 13=lupin, 14=mollusques
L'information sur la présence d'allergènes tient compte des données récoltées pour chacun des ingrédients intégrés dans nos recettes. Malgré tout, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'autres allergènes que ceux indiqués. Les produits utilisés sont garantis sans OGM et non ionisés.

MSC-C-54759-3 Les produits de la mer suivis de ce signe proviennent d'une pêche durable selon le référentiel MSC.
www.msc.org/fr

Vos repères nutritionnels

- Brain
- Refresh
- Move
- New

Nos engagements produits

Menu de la semaine du 10 au 14 juin 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	VALEUR ENERGETIQUE
Potage	Soupe de légumes de saison (9,12)	Crème de petits pois, pointe de piment d'espelette (1,7)	Gaspacho	Soupe au maïs et à la carotte	Bouillon aux vermicelles (1)	Pour 200mL de potage : - de légumes 75kcal - de légumineuse ou de pomme - de terre 150kcal
Entrée	Salad'bar avec salades composées et crudités dont 1 bio (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12)					
Plat froid	Poulet crispy et crudités (1) / Nuggets végétarien, crudités (1,9)					
Plat du jour	Emincé de poulet Yakitori (1,6,11)	Noix de veau rôtie à la crème et aux champignons (1,6,7,9)	Spaghettis à la bolognaise (1)	Pilon de poulet au four	Pizza kebab (1,6,7)	*Pour 120g de plat protéique : - volaille 150kcal - poisson 120kcal - bœuf ou porc 170kcal - sauce 15kcal - friture : 270kcal
Show cooking	Cocotte Dos d'eglefin MSC, croûte de tapenade d'olive (4)	Grillade Côte de porc marinée (7,9)	Cuisine du monde Dos de cabillaud, sauce olive, thym et citron (4)	Cuisine du monde Escalope milanaise (1,3,6,7)	Pizza Pizza 4 fromages (1,3,7)	*Pour les plats complets - Pasta 200g : 250kcal - tartine : 270kcal
Plat végétarien	Veggie chili (6,12)	Gnocchis poêlés, pesto vert et légumes d'été (1,3,6,7,8)	Omelette ciboulette (3)	Steak de lentilles (1,3)	Napolitaine (1,7)	Pour 120g de plat végétarien : - légumes et féculents 220kcal - œuf : 200kcal - friture : 270kcal
Féculents et légumes	Pommes de terre rôties (12)	Gnocchis (1)	Spaghettis (1)	Riz façon cantonaise (3)	-	Pour 170g de féculent : 200kcal Pour 150g de fritures : 430kcal
	Riz blanc	Polenta crémeuse (3,7)	Pois cassés	Frites	-	
	Poivrons grillés	Gratin de blettes (1,7)	Navets glacés	Purée d'aubergine (11)	Légumes grillés	Pour 100g de légume : 50kcal
	Tomates provençales (1)	Poêlée estivale	Courgettes grillées	Epinards à la crème (7)	Haricots beurre	
Desserts	Fruit'bar de fruits coupés de saison ou compote du jour - Produits laitiers dont 1 bio (1, 3, 6, 7)					
	Cookies aux M and M's (1,3,5,6,7)		Assortiment de fromage portion (7)			
Du jour	Fromage blanc, topping de speculoos (7)	Tarte à la rhubarbe (1,3,6,7,12)	Clafoutis cerises (1,3,7)	Fraise melba (3,6,7,8)	Cône glacé (1,6,7,8)	Pour un fruit - compote : 75kcal Pour un produit laitier : 95kcal Pour une pâtisserie : 250kcal Pour un dessert du jour : 150kcal

1=gluten, 2=crustacés, 3=œuf, 4=poisson, 5=arachide, 6=soja, 7=lait, 8=fruits à coques, 9=céleri, 10=moutarde, 11=sésame, 12=sulfites, 13=lupin, 14=mollusques
L'information sur la présence d'allergènes tient compte des données récoltées pour chacun des ingrédients intégrés dans nos recettes. Malgré tout, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'autres allergènes que ceux indiqués. Les produits utilisés sont garantis sans OGM et non ionisés.



MSC-C-54759-3 Les produits de la mer suivis de ce signe proviennent d'une pêche durable selon le référentiel MSC.
www.msc.org/fr



Vos repères nutritionnels

Brain	Refresh
Move	New

Menu de la semaine du 17 au 21 juin 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	VALEUR ENERGETIQUE
Potage	Soupe de légumes de saison	Potage épinards, ricotta (7,12)	Velouté à la tomate (7)	Soupe à l'oignon	Crème de choux-fleurs, emmental (7,12)	Pour 200mL de potage : - de légumes 75kcal - de légumineuse ou de pomme - de terre 150kcal
Entrée	Salad'bar avec salades composées et crudités dont 1 bio (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12)					
Plat froid	Tartines végétarienne Kiri, tomate cerise, avocat (1,7) / Assortiment de produits du terroir (1,3,7,10,12)					
Plat du jour	Dos de colin MSC en papillote (4)	Poulet rôti Luxembourgeois, bouillon de légumes et thym (9)	Mozzarella sticks (1,3,7)	Escalope de porc à la plancha, sauce béarnaise (1,6,7,9)	Choucroute de la mer (4,9,12)	*Pour 120g de plat protidique : - volaille 150kcal - poisson 120kcal - bœuf ou porc 170kcal - sauce 15kcal - friture : 270kcal
Show cooking	Pasta Orecchiette al pesto rosso et poulet (1)	Cuisine du monde Pad thaï végétalien (1,6)	Cuisine du monde Moussaka veggie (1,7)	Cuisine du monde Falafel, sauce bibeskaes ciboulette (1,7)	Pasta Sauce carbonara (1,3,6,7)	*Pour les plats complets - Pasta 200g : 250kcal - tartine : 270kcal
Label planet	Courgette farcie à la tomate, féta, épinards (1,7)	Galette d'avoine, emmental et herbes fraîches (1,3,7)	Chakchouka (3)	Aumônière poireaux, amandes et parmesan (1,3,7,8)	Risotto printanier (3,7)	Pour 120g de plat végétarien : - légumes et féculents 220kcal - œuf : 200kcal - friture : 270kcal
Féculents et légumes	Orecchiette (1) Pommes de terre persillées (12) Aubergines rôties Brocolis	Riz basmati Polenta (7) Chips d'épluchures Ratatouille	Quinoa Semoule (1) Râpé de légumes (1,3) Courgettes grillées	Ecrasé de pommes de terre (12) Lentilles Tomates au basilic Blettes	Penne (1) Riz jaune Poivrons grillé Choux (12)	Pour 170g de féculent : 200kcal Pour 150g de fritures : 430kcal Pour 100g de légume : 50kcal
Desserts	Fruit'bar de fruits coupés de saison ou compote du jour - Produits laitiers dont 1 bio (1, 3, 6, 7)					
Du jour	Blanc manger au lait de coco et ananas	Fraisier (1,3,7)	Salade de fruits (12)	Glace à l'eau	Cake (1,3,6,7)	Pour un fruit - compote : 75kcal Pour un produit laitier : 95kcal Pour une pâtisserie : 250kcal Pour un dessert du jour : 150kcal



1=gluten, 2=crustacés, 3=œuf, 4=poisson, 5=arachide, 6=soja, 7=lait, 8=fruits à coques, 9=céleri, 10=moutarde, 11=sésame, 12= sulfites, 13=lupin, 14=mollusques
L'information sur la présence d'allergènes tient compte des données récoltées pour chacun des ingrédients intégrés dans nos recettes. Malgré tout, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'autres allergènes que ceux indiqués. Les produits utilisés sont garantis sans OGM et non ionisés.



MSC-C-54759-3 Les produits de la mer suivis de ce signe proviennent d'une pêche durable selon le référentiel MSC. www.msc.org/fr

Vos repères nutritionnels



Menu de la semaine du 24 au 28 juin 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	VALEUR ENERGETIQUE
Potage	Bouneschlupp	Crème de radis rose (7,12)	Crème de courge (7,12)	Foul (Potage fève-féta) (7)	Harira	Pour 200mL de potage : - de légumes 75kcal - de légumineuse ou de pomme - de terre 150kcal
Entrée	Salad'bar avec salades composées et crudités dont 1 bio (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12)					
Plat froid	Gromperkichelcher, kachkeis (1,3,7) / Briouate au poulet (1,6)					
Plat du jour	Emincé de poulet	Filet de hoki MSC, citronné, vapeur (4)	Bouchée à la reine (1,3,6,7,9,10,12)	Effiloché de porc	Burger de bœuf (1,3,6,7,9,10,11,12)	*Pour 120g de plat protéique : - volaille 150kcal - poisson 120kcal - bœuf ou porc 170kcal - sauce 15kcal - friture : 270kcal
Show cooking	Grillade Chipolata (3)	Cuisine du monde Cordon bleu de volaille (1,3)	Cuisine du monde Poisson frit (1,3,4,7,10,12)	Gnocchis épinards, parmesan (1,3,7)	Cuisine du monde Crispy burger (1,3,6,7,10,11,12)	*Pour les plats complets - Pasta 200g : 250kcal - fartine : 270kcal
Plat végétarien	Omelette au fromage (3,6)	Zaalouk d'aubergine	Pâté de pommes de terre Bourbonnais (1,3,7,12)	Tarte aux pois gourmands, menthe, féta (1,3,7,10)	Burger vegan (1,3,6,7,9,10,11,12)	Pour 120g de plat végétarien : - légumes et féculents 220kcal - œuf : 200kcal - friture : 270kcal
Féculents et légumes	Riz brun Semoule (1) Galette de légumes (3) Piperade	Purée de pommes de terre (12)	Pommes de terre persillées (12) Riz Petits pois Chou blanc	Spaghettis (1) - Champignons poêlés Oignons rôtis	Potatoes - Salade coleslaw (3,7,10) Maïs grillé	Pour 170g de féculent : 200kcal Pour 150g de fritures : 430kcal Pour 100g de légume : 50kcal
Desserts	Fruit'bar de fruits coupés de saison ou compote du jour - Produits laitiers dont 1 bio (1, 3, 6, 7)					
Du jour	Crème mascarpone, coulis de fraise (7)	Muffin (1,3,6,7) Brioche (1,3,7)	Comme à la foire (1,3,6,7,8,10,12)	Assortiment de fromage blanc (1,3,6,7,8,10,12)	Smoothie coco-mangue Cône glacé (1,6,7,8)	Pour un fruit - compote : 75kcal Pour un produit laitier : 95kcal Pour une pâtisserie : 250kcal Pour un dessert du jour : 150kcal

1=gluten, 2=crustacés, 3=œuf, 4=poisson, 5=arachide, 6=soja, 7=lait, 8=fruits à coques, 9=céleri, 10=moutarde, 11=sésame, 12=sulfites, 13=lupin, 14=mollusques

L'information sur la présence d'allergènes tient compte des données récoltées pour chacun des ingrédients intégrés dans nos recettes. Malgré tout, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'autres allergènes que ceux indiqués. Les produits utilisés sont garantis sans OGM et non ionisés.



MSC-C-54759-3 Les produits de la mer suivis de ce signe proviennent d'une pêche durable selon le référentiel MSC. www.msc.org/fr

Vos repères nutritionnels



Nos engagements produits



Menu de la semaine du 01 au 4 juillet 2024



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	
Potage	Bouillon de vermicelles (1)	Soupe de légumes (9,12)	Crème de courgettes (7,12)		
Entrée	Salad'bar avec salades composées et crudités dont 1 bio (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12)				
Plat froid	Wrap de poulet, mayonnaise, crudités (1,3,6,7,10,12) / Wrap cheddar, crudités (1,3,6,7,10,12)				
Plat du jour	Kebab (1,6,7)	Mix Grill (10,12)	Compose ton hot dog (1,10,12)		
Show cooking	Grillade Pulled pork (9,10,12)	Fraicheur Scampis marinés (4,10,12)	/		
Plat végétarien	Bruschetta tomate-mozzarella (1,6,7,12)	Mix grill végétarien (3,6,9)	Compose ton hot dog veggie (1,3,6,10,12)		
Féculents et légumes	Pommes rissolées	Chips	Frites		
	Riz créole	Riz			
	Compotée de tomate et basilic	Maïs	Salade de chou (3,10,12)		
	Dés d'aubergine	Salade verte (3,10,12)	Salade de carotte (3,10,12)		
Desserts	Fruit'bar de fruits coupés de saison ou compote du jour - Produits laitiers dont 1 bio (1, 3, 6, 7)				
Du jour	Smoothie coco, ananas, papaye				
	Donuts (1,6,7)	Tiramisu (1,3,6,7)	Assortiment de glaces (1,3,6,7,8)		

VALEUR ENERGETIQUE
Pour 200mL de potage : - de légumes 75kcal - de légumineuse ou de pomme - de terre 150kcal
*Pour 120g de plat protidique : - volaille 150kcal - poisson 120kcal - bœuf ou porc 170kcal - sauce 15kcal - friture : 270kcal *Pour les plats complets - Pasta 200g : 250kcal - tartine : 270kcal
Pour 120g de plat végétarien : - légumes et féculents 220kcal - œuf : 200kcal - friture : 270kcal
Pour 170g de féculent : 200kcal Pour 150g de frites : 430kcal Pour 100g de légume : 50kcal
Pour un fruit - compote : 75kcal Pour un produit laitier : 95kcal Pour une pâtisserie : 250kcal Pour un dessert du jour : 150kcal

1=gluten, 2=crustacés, 3=œuf, 4=poisson, 5=arachide, 6=soja, 7=lait, 8=fruits à coques, 9=céleri, 10=moutarde, 11=sésame, 12=sulfites, 13=lupin, 14=mollusques
L'information sur la présence d'allergènes tient compte des données récoletées pour chacun des ingrédients intégrés dans nos recettes. Malgré tout, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'autres allergènes que ceux indiqués. Les produits utilisés sont garantis sans OGM et non ionisés.
MSC-C-54759-3 Les produits de la mer suivis de ce signe proviennent d'une pêche durable selon le référentiel MSC.
www.msc.org/fr

Vos repères nutritionnels

Brain	Refresh
Move	New

Nos engagements produits

