

| Semaine n° 1 - du 2 au 8 Janvier 2012 | | | | | Plan Alimentaire 2 |
|---------------------------------------|-------|--------------------------------|----------|--|------------------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | | betteraves vinaigrette | | Carottes râpées vinaigrette | Potage ou Chou chinois aux lardons |
| Plat principal | | Poisson meunière sauce tartare | | Tortilla | Keftas d'agneau à la marocaine |
| Accompagnement | | Pomme vapeur | | Ratatouille | Semoule et légumes couscous |
| Produit laitier | | Yaourt nature sucré | | Tome noire | Fromage frais aux fruits |
| Dessert | | Clémentines | | Galette des rois  | Pomme |

Salade pastorelle : pâte, tomate, poivron vert / Keftas d'agneau : boulettes d'agneau sauce marocaine

| Semaine n° 2 - du 9 au 15 Janvier 2012 | | | | | Plan Alimentaire 3 |
|--|-------------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------|-------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Salade nicarde | Salade d'agrumes | | Salade de chou blanc à l'emmental | Crêpe au fromage |
| Plat principal | Escalope de volaille au curry | Tortis à la bolognaise | | Saucisse de Toulouse | Filet de poisson citron |
| Accompagnement | Carottes persillées | | | Purée de potiron | Epinards crème/pdt |
| Produit laitier | Fromage blanc | Fondu président | | Chantailou ail et fines herbes | Camembert |
| Dessert | Orange | Flan vanille | | Purée de pommes | Banane |

Salade nicarde : pomme de terre, tomate, haricot vert / Salade d'agrumes : salade, quartier de pomelos et mandarines

MENU D'HIVER



«La cigale ayant chanté tout l'été, se trouva fort dépourvue quand la bise fut venue. Elle alla voir la fourmi, sa voisine qui lui conseilla quelques gouttes de citron pour avoir meilleure mine !»




| Semaine n° 3 - du 16 au 22 Janvier 2012 | | | | | Plan Alimentaire 4 |
|---|---|-----------------------------|----------|---|------------------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi  | Vendredi |
| | Potage de légumes ou Macédoine Mayonnaise | Salade verte thon maïs | | Duo d'hiver | Cervelas |
| | Steak haché | Cassoulet | | Fricassée de volaille à la crème d'endives | Filet de poisson sauce congarnoise |
| | pommes rissolées | | | Haricots verts | Pommes de terre |
| | Fromage frais sucré | Saint Paulin | | Coulommiers | Yaourt aromatisé |
| | Pomme | Cocktail de fruits au sirop | | Eclair chocolat | Kiwi |

Mardi : Menu d'hiver - Duo d'hiver : radis noir et carottes râpées

Pour votre santé, le porc servi est issu de la filière Bleu Blanc Cœur  www.ansamble.fr

Fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Légende pictogrammes :

 Produit Animation

 Pâtisserie Maison

Bon appétit !

| Semaine n° 4 - du 23 au 29 Janvier 2012 | | | | | Plan Alimentaire 5 |
|---|--------------------------|----------------------------------|----------|-----------------------------|------------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Céleri rémoulade | Potage ou Betteraves vinaigrette | | Carottes râpées vinaigrette | Salade de pâtes |
| Plat principal | Sauté de bœuf au paprika | Parmentier de poisson | | Chili con carne et riz | Rôti de porc sauce au poivre |
| Accompagnement | Mitonnée de légumes | | | | Petits pois à la française |
| Produit laitier | Yaourt nature sucré | Edam | | Brie | Fromage frais aux fruits |
| Dessert | Madeleine | Clémentines | | Flan nappé caramel | Banane |

| Semaine n° 5 - du 30 Janvier au 5 Février 2012 | | | | | Plan Alimentaire 1 |
|--|--------------------------------|----------------------------|----------|--|------------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Salade de lentilles | Salade vendéenne | | Carottes râpées au maïs | Salade verte des de gruèyère |
| Plat principal | Steak haché de volaille au jus | Boeuf bourguignon | | Choux fleurs à la parisienne | Marmite de poisson |
| Accompagnement | Haricots beurre | Riz coloré | | | Semoule |
| Produit laitier | Chantailou ail et fines herbes | Camembert | | Gouda | Yaourt aromatisé |
| Dessert | Orange | Mousse au chocolat au lait | | Crêpe de la Chandeleur  | Purée de pommes |

Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec / Choux fleur à la parisienne : gratin de chou fleur béchamel avec épaule de porc

| Semaine n° 6 - du 6 au 12 Février 2012 | | | | | Plan Alimentaire 2 |
|--|-------------------|---------------------|----------|---|--------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi  | Vendredi |
| Entrée | Salami cornichon | Crêpe au fromage | | Nem | Betteraves vinaigrette |
| Plat principal | Tortilla | Poisson pané citron | | Sauté de porc au caramel | Paupiette de veau au jus |
| Accompagnement | Epinards béchamel | Haricots verts | | Riz créole | Purée de pommes de terre |
| Produit laitier | Cantafrais | Yaourt nature sucré | | Cocktail de fruits coco | Vache picon |
| Dessert | Clémentines | Kiwi | | Accras banane chocolat | Flan vanille |

Pour votre santé, le porc servi est issu de la filière Bleu Blanc Cœur

Légende pictogrammes :

 Produit Animation

 Pâtisserie Maison

www.ansamble.fr

Fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Bon appétit !

| Semaine n° 7 - du 13 au 19 Février 2012 | | | | | Plan Alimentaire 3 |
|---|-------|-------|----------|-------|--------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | | | | | |
| Plat principal | | | | | |
| Accompagnement | | | | | |
| Produit laitier | | | | | |
| Dessert | | | | | |

VACANCES

Salade arizona : riz, petit-pois, tomate, maïs, emmental

| Semaine n° 8 - du 20 au 26 Février 2012 | | | | | Plan Alimentaire 4 |
|---|-------|---|----------|-------|--------------------|
| | Lundi | Mardi Mardi Gras | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | | | | | |
| Plat principal | | | | | |
| Accompagnement | | | | | |
| Produit laitier | | | | | |
| Dessert | |  | | | |

VACANCES

| Semaine n° 9 - du 27 Février au 4 Mars 2012 | | | | | Plan Alimentaire 5 |
|---|----------------------------|--|----------|-----------------------------|-----------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Radis à la croque | Potage de potiron ou Macédoine de légumes mavonnaise | | Carottes rapées aux raisins | Haricots verts mimosa |
| Plat principal | Steak haché sauce échalote | Filet de poisson sauce connoise | | Bœuf au citron | Choucroute |
| Accompagnement | Petits-pois à la française | Semoule | | Coquillettes | |
| Produit laitier | Fromage blanc sucré | Gouda | | Coulommiers | Yaourt nature |
| Dessert | Cookies | Orange | | Liégeois à la vanille | Pomme |

Pour votre santé, le porc servi est issu de la filière Bleu Blanc Cœur



www.ansamble.fr

Fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Légende pictogrammes :

 Produit Animation

 Pâtisserie Maison

Bon appétit !

| Semaine n° 10 - du 5 au 11 Mars 2012 | | | | | Plan Alimentaire 1 |
|--------------------------------------|--------------------------------|----------------------------|----------|------------------|--------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Crêpe aux fromage | Salade d'agrumes | | Salade vendéenne | Céleris rémoulade |
| Plat principal | Escalope de dinde au jus | Hachis parmentier | | Jambon blanc | Couscous de la mer |
| Accompagnement | Petits pois et carottes | | | Haricots beurre | |
| Produit laitier | Chantailou ail et fines herbes | Bûchette mi-chèvre | | Gouda | Rondelé nature |
| Dessert | Kiwi | Mousse au chocolat au lait | | Flan pâtissier | Purée de pommes |

Salade d'agrumes : salade, quartier de pomelos et mandarines / Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec

| Semaine n° 11 - du 12 au 18 Mars 2012 | | | | | Plan Alimentaire 2 |
|---------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------|----------------------|------------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | betteraves vinaigrette | Salade de lentilles | | Cervelas vinaigrette | Carottes râpées vinaigrette |
| Plat principal | Sauté de porc à l'ancienne | Poisson meunière citron | | Tortilla | Boulettes d'agneau Marocaine |
| Accompagnement | Tortis | Printanière de légumes | | Ratatouille niçoise | Purée |
| Produit laitier | Cantadou | Yaourt nature sucré | | Brie | Fromage frais aux fruits |
| Dessert | Liégeois au chocolat | Banane | | Pomme | Ananas au sirop |

| Semaine n° 12 - du 19 au 25 Mars 2012 | | | | | Plan Alimentaire 3 |
|---------------------------------------|-------------------------------|------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| | Salade arlequin | Concombres vinaigrette | | Salade auvergnate | Crêpe au fromage |
| | Rôti de porc à la pomme sauge | Steak haché | | Escalope de dinde à l'estragon | Beignets de poisson citron |
| | Carottes | Spaghetti au pistou | | Purée de p. de terre | Duo de haricots |
| | Fromage blanc | Fondu carré président | | Abricots à la menthe | Mini roulé aux herbes |
| | Kiwi | Flan vanille | | Spécullos | Pomme |



«Damoiselle Belette au corps long et flouet, se régala de sariette et de ciboulette jusqu'à en être rassasiée»



Le Printemps et les Herbes aromatiques - Salade arlequin : pomme de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert / Salade auvergnate : chou blanc, emmental, oignon, persil

Pour votre santé, le porc servi est issu de la filière Bleu Blanc Cœur



www.ansamble.fr

Fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Légende pictogrammes :

 Produit Animation

 Pâtisserie Maison

Bon appétit !

| Semaine n° 13 - du 26 Mars au 1er Avril 2012 | | | | | Plan Alimentaire 4 |
|--|----------------------|----------------------|----------|----------------------------|------------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Macedoine mayonnaise | Salade verte au thon | | Carottes râpées | Saucisson à l'ail |
| Plat principal | Steak haché | Cassoulet | | Poulet rôti | Filet de poisson concarnoise |
| Accompagnement | pommes rissolées | | | Petits-pois à la française | P. de terre Brocolis |
| Produit laitier | Fromage frais sucré | Saint paulin | | Fraidou | Yaourt aromatisé |
| Dessert | Orange | Cocktail de fruits | | onctueux vanille | Kiwi |

Semaine du Développement Durable **Le Miel et les Abeilles**

| Semaine n° 14 - du 2 au 8 Avril 2012 | | | | | Plan Alimentaire 5 |
|--------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------|----------|----------------------------------|---|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Radis à la croque | Betteraves vinaigrette au miel | | Tomate vinaigrée | Salade de riz au thon |
| Plat principal | Carbonade flamande | Parmentier de poisson | | fricassée de porc au miel | Tajine de légumes et pois chiche au miel |
| Accompagnement | Haricots verts persillés | | | Courgettes poêlées/pdt | P. de terre |
| Produit laitier | Fromage blanc au miel | Emmental | | Brie | Fromage frais aux fruits |
| Dessert | Pain d'épice | Poire | | Gâteau nid d'abeille | Pomme |

| Semaine n° 15 - du 9 au 15 Avril 2012 | | | | | Plan Alimentaire 1 |
|---------------------------------------|------------------------|-------|----------|-------|--------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | | | | | |
| Plat principal | | | | | |
| Accompagnement | <i>Lundi de Pâques</i> | | | | |
| Produit laitier | | | | | |
| Dessert | | | | | |

VACANCES

Pour votre santé, le porc servi est issu de la filière Bleu Blanc Cœur



www.ansamble.fr

Fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Légende pictogrammes :

Produit Animation

Pâtisserie Maison

Bon appétit !

| | Semaine n° 16 - du 16 au 22 Avril 2012 | | | | Plan Alimentaire 2 |
|-----------------|--|-------|----------|-------|--------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | | | | | |
| Plat principal | | | | | |
| Accompagnement | | | | | |
| Produit laitier | | | | | |
| Dessert | | | | | |

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|-----------------|-------|-------|----------|-------|----------|
| Entrée | | | | | |
| Plat principal | | | | | |
| Accompagnement | | | | | |
| Produit laitier | | | | | |
| Dessert | | | | | |

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|-----------------|-------|-------|----------|-------|----------|
| Entrée | | | | | |
| Plat principal | | | | | |
| Accompagnement | | | | | |
| Produit laitier | | | | | |
| Dessert | | | | | |

Pour votre santé, le porc servi est issu de la filière Bleu Blanc Cœur



www.ansamble.fr

Fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Légende
pictogrammes :

 Produit Animation

 Pâtisserie Maison

Bon appétit !