

Aux Petits Oignons
 Les Ribes
 05310 Freissinières
 Port : 06 69 98 02 76
 Fax : 0484500164

Mail : auxpetitsoignons@laposte.net

Menus

En couleur sur les menus: produit bio exclusivement sauf en cas de non approvisionnement.

Semaine du 4 au 8 Janvier Pain Bio

Lundi		Mardi		Jeudi		Vendredi	
Vall:		Vall:		Vall:		Vall:	
Pel:		Pel:		Pel:		Pel:	
Freiss/Ch :		Freiss/Ch :		Freiss/Ch :		Freiss/Ch :	
Arg :		Arg :		Arg :		Arg :	
Ad :		Ad :		Ad :		Ad :	
Orange		Sardines beurre citron		Choux chinois en salade		Velouté brocolis	Ss lactose
Spaghetti bolognaise	Végé : au thon	Curry de légumes au lait de coco, riz (carottes patates douces poireaux)		Sauté de boeuf, blé mondé	Végé : omelette	Gratin de quenelles de poisson aux épinards	Ss lactose
Râpé						Fromage	
Yaourt	Ss lactose	Gâteau aux pépites de chocolat	Ss lactose	Clémentine		Poires	

Semaine du 11 au 15 Janvier Pain Bio

Lundi		Mardi		Jeudi		Vendredi	
Vall:		Vall:		Vall:		Vall:	
Pel:		Pel:		Pel:		Pel:	
Freiss/Ch :		Freiss/Ch :		Freiss/Ch :		Freiss/Ch :	
Arg :		Arg :		Arg :		Arg :	
Ad :		Ad :		Ad :		Ad :	
Salade de haricots rouges maïs et crudités		Soupe de légumes		Salade		Pamplemousse	
Quiche sans pâte au jambon et au fromage, salade verte	Ss lactose	Couscous de dinde, semoule	Végé : Tofu aux légumes	Filet de poisson aux lentilles		Hachis parmentier	Ss lactose Végé : au poisson
						Fromage	
Banane		Pomme		Fromage blanc (05)	Ss lactose	Galette des rois	Ss lactose

Semaine du 18 au 22 Janvier Pain Bio

<u>Lundi</u> Vall: Pel: Freiss/Ch : Arg : Ad :		<u>Mardi</u> Vall: Pel: Freiss/Ch : Arg : Ad :		<u>Jeudi</u> Vall: Pel: Freiss/Ch : Arg : Ad :		<u>Vendredi</u> Vall: Pel: Freiss/Ch : Arg : Ad :	
Kiwi		Velouté de lentilles corail au curry		Salade de haricots verts, chèvre, olives		Salade verte	
Escalope de dinde aux champignons + riz	Ss lactose Végé : poisson aux champi	Gratin de penne aux brocolis	Ss lactose	Jailles aux carottes+ polenta	Ss lactose Végé :	Sauté de poisson aux épices, bulgur	Ss lactose
Fromage				Fromage			
Compote		Yaourt au citron (05)	Ss lactose	Clémentine		Gâteau moelleux	Ss lactose

Semaine du 25 au 29 Janvier Pain Bio

<u>Lundi</u> Vall: Pel: Freiss/Ch : Arg : Ad :		<u>Mardi</u> Vall: Pel: Freiss/Ch : Arg : Ad :		<u>Jeudi</u> Vall: Pel: Freiss/Ch : Arg : Ad :		<u>Vendredi</u> Vall: Pel: Freiss/Ch : Arg : Ad :	
Betteraves		Salade de lentilles, carottes, lardons	VEGE	Cake aux olives	Ss lactose	Kiwi	
Rôti de porc au lait, petit épeautre	Ss lactose végé:poisson à la tomate	Gratin de potimarron +riz semi complet	Ss lactose	Poisson pané, haricots verts	Ss lactose	Jambon+ coquillettes	Ss lactose végé : omelette au fromage
Faire cakes olives	Ss lactose			Fromage		Râpé	
Petits suisses aux fruits	Ss lactose	Fondant aux marrons	Ss lactose	Poire		Crème soja vanille	