



TAVEL

Semaine du 06 au 10 Mars 2023



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI CENTRE AERE | JEUDI | VENREDI |
|--------------------------------------|------------------------------------|------------------------------|--------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|
| D E J E U N E R | Carottes râpées vinaigrette | Taboulé à la menthe | Salade verte et croûtons | Velouté de légumes et pommes de terre | Crudités en salade |
| | Sauté de boeuf à la provençale | Dos de colin au curry | Rôti de dinde au jus | Galette végétarienne | Rougail saucisse |
| | Pâtes au beurre | Gratin de choux-fleurs | Purée de pommes de terre | Haricots verts sautés | Riz blanc |
| | Emmental | Laitage | Fromage à la coupe | Yaourt nature | Fromage |
| | Fruit de saison | Gâteau d'anniversaire | Crème vanille | Fruit de saison | Fromage blanc à la crème de marrons |



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



TAVEL

Semaine du 13 au 17 Mars 2023



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI CENTRE AERE | JEUDI | VENDREDI |
|--------------------------------------|---|----------------------------------|---|---|---|
| D E J E U N E R | Betteraves vinaigrette | Salade de perles | Pizza au fromage | Céleri rémoulade | Salade composée |
| | Tajine d'agneau aux abricots secs Semoule au beurre | Cordon bleu Poêlée de légumes | Filet de lieu sauce crème Fondue d'épinards | Pilons de poulet marinés Pommes de terre sautées | Tortis sauce indienne aux pois chiches |
| | Fromage à la coupe | Petits suisses | Chèvre | Laitage | Fromage à la coupe |
| | Compote de poire | Fruit de saison | Tarte aux pommes | Fruit de saison | Flan caramel |



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE








Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



TAVEL

Semaine du 20 au 24 Mars 2023



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI CENTRE AERE | JEUDI | VENDREDI |
|--------------------------------------|--|--|--|--|---|
| D E J E U N E R | Salade verte et croûtons | Velouté de légumes | Macédoine de légumes | Rosette et cornichons | Crudités sauce ciboulette |
| |  Steak haché grillé Purée de carottes |  Plat végétarien Risotto au fromage et champignons |  Sauté de poulet aux olives Blé au beurre  | Filet de colin à la dieppoise Julienne de légumes |  Jambon braisé au jus Lentilles cuisinées  |
| | Fromage à la coupe | Yaourt | Fromage à la coupe | Laitage | Emmental |
| | Fromage blanc coulis de fruits | Fruit de saison  | Gâteau d'anniversaire | Fruit de saison | Crème chocolat |
| | | | | | |



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE








Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



TAVEL

Semaine du 27 au 31 Mars 2023



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI CENTRE AERE | JEUDI | VENDREDI |
|--------------------------------------|---|---|--|--|---|
| D E J E U N E R | Feuilleté aux légumes | Concombre fromage blanc ciboulette | Salade piémontaise | <i>Entrée des abeilles : Toast de chèvre chaud et miel, salade verte</i> | Coeurs de palmiers en salade |
| | Paupiette de veau sauce tomate  Brocolis gratinés |  Dahl de lentilles au curry Riz blanc  | Nuggets de volaille Haricots verts à l'ail  |  Rôti de porc au jus Pâtes au beurre  | Brandade de poisson |
| | Petit suisse | Fromage | Fromage à la coupe | Laitage | Fromage  |
| | Muffin | Fruit de saison | Mousse au chocolat | <i>Dessert des abeilles : Tarte aux pommes et miel</i> | Fruit de saison |
| | | | | | |



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine











LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE
Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



TAVEL

Semaine du 03 au 07 Avril 2023



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI CENTRE AERE | JEUDI | VENREDI |
|--------------------------------------|---|---|---|---|---|
| D E J E U N E R | Oeuf mayonnaise | Salade de crudités | Salade mexicaine | Salade de riz au maïs | Tomates vinaigrette |
| | Saucisse de Toulouse grillée  Purée de patate douce | Poulet basquaise  Riz pilaf  |  Quiche aux légumes de printemps Haricots beurre à l'ail | Filet de colin aux épices Gratin de courgettes | Emincé de boeuf aux oignons  Petits pois carottes |
| | Laitage  | Fromage à la coupe | Fromage  | Yaourt au sucre | Fromage à la coupe |
| | Fruit de saison | Gâteau d'anniversaire | Crème dessert vanille | Salade de fruits | Fruit de saison  |
| | | | | | |



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



TAVEL

Semaine du 10 au 14 Avril 2023



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI CENTRE AERE | JEUDI | VENREDI |
|--------------------------------------|-----------------|---|---|--|--|
| D E J E U N E R | LUNDI DE PÂQUES | Salade verte et radis à la ciboulette | Pois chiches en salade | Salade de haricots verts à l'échalote | Taboulé oriental |
| | | Boulettes de boeuf sauce napolitaine Pâtes au beurre | Aiguillettes de volaille au citron et gingembre Carottes sautées | Omelette aux fines herbes Pommes campagnardes | Dos de merlu au pesto Ratatouille confite |
| | | Petit suisse | Fromage à la coupe | Emmental | Laitage |
| | | Fruit de saison | Crème chocolat | DESSERT DE PÂQUES | Oreillons d'abricots au sirop |



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



TAVEL

Semaine du 17 au 21 Avril 2023



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI CENTRE AERE | JEUDI | VENREDI |
|--------------------------------------|--|--|--|-------------------------|------------------------------------|
| D E J E U N E R | Courgettes râpées au citron | Feuilleté au fromage | Salade composée | Salade de lentilles | Carottes râpées vinaigrette |
| | Colombo de porc Semoule au beurre | Wings de poulet tex mex Poêlée de légumes | Filet de poisson sauce Nantua Riz pilaf | Petits légumes farcis | Gratin de macaronis au fromage |
| | Fromage à la coupe | Fromage | Laitage | Fromage à la coupe | Petit suisse |
| | Fruit de saison | Fromage blanc au miel | Gâteau d'anniversaire | Fruit de saison | Compote de fruits |



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE







Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines



TAVEL

Semaine du 24 au 28 Avril 2023



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI CENTRE AERE | JEUDI | VENREDI |
|---------------------------------|---|---|---|--|---|
| D E J U N E R | Macédoine de légumes | Tomates vinaigrette | Salade composée | Salade verte et dés d'emmental | Pâté de campagne et cornichons |
| | Hachis parmentier  |  Chili sin carne Riz blanc  | Sauté de volaille aux olives  Haricots verts sautés | Pâtes à la carbonara  | Dos de merlu rôti au citron Courgettes à l'ail |
| | Laitage | Fromage à la coupe | Yaourt | Fromage  | Fromage à la coupe |
| | Fruit de saison | Liégeois | Banane | Flan chocolat | Cookies |
| | | | | | |



Certains produits sont susceptibles de contenir des allergènes. Merci de prendre renseignements auprès du chef de cuisine



LE MENU VÉGÉTARIEN DE LA SEMAINE

Des recettes élaborées par nos diététiciennes pour un apport équivalent en protéines