

Fourchette verte

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SEMAINE 40	Sauté de bœuf aux champignons, polenta et légumes	Escalope de Porc à la sauge, riz aux pistaches et légumes	Spaghettis à la bolognaise végétale fromage Salade verte	Fricassée de poulet grta tikka massala patates douces	Agneau et garniture à l'Indienne, riz sauvage
SEMAINE 41	Paleron de bœuf confit de nuit, Pommes sautées et légumes	Jambon à l'os braisé au jus de pommes d'ici Lentilles et légumes	Nasi goreng végétarien	Filet de Sandre au citron, pommes Anglaise et légumes	Burger de Gibier Pommes rissolées et légumes
SEMAINE 42	Chop suey de bœuf et ses nouilles, légumes	Haut de cuisse de poulet tandoori Semoule aux raisins et légumes	Raviolis à la raclette et brunoise de légumes	Brochette de veau poêlée, couscous et	Mijoté de joues de Porc au vin, Gratin de courge d'ici
SEMAINE 44	Steak de bœuf poêlé Pommes sautées et légumes	Filet de Dorade sauce vierge, Lentilles bio et légumes	Gnocchis aux noix et fromage, salade d'ici	Jambon à l'os au Madère, gratin de patates et courge	Coq au vin et champignons, pâtes complètes et légumes
SEMAINE 45	Filet de poulet Tikka massala, patates douces et légumes	Brochette d'agneau à la tomate, pommes rissolées et légumes	Lasagne d'Automne à la courge Butternut et salade	Steak de bœuf au poivre, pommes wedges et légumes	Chili con Carne et crudités
SEMAINE 46	Colombo de poulet grta Quinoa noir et légumes	Pot au feu de Paleron de boeuf Garniture du centre	Nems aux légumes et riz thaï	Filet de truite aux amandes, pommes vapeur et légumes	Brochette d'agneau aux abricots, couscous et légumes