



	05-mars	06-mars	07-mars	08-mars	09-mars
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	SOUP / légumes verts lentilles	salade / betterave	Entrée Calée sur la production IC (1 semaine avant)	Haricot vert salade	Carotte rapée au cumin
Plat	Cabillau braisé	Omelette		Poulet roti	tofu fumé
Féculent	Riz Brun	Patate douce	Gratin de pate aux legumes	Haricot blanc	Pate penne au basilic
Légumes	Choux blanc / courgette	choux fleur / epinard		Tomate cube / Aubergine	Navet en cube et potiron
Dessert	mandarine	Compote de pomme	Fonction IC	mini 4/4	Type vache qui rit Bio

	12-mars	13-mars	14-mars	15-mars	16-mars
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	SOUP velouté brocoli soja coriandre	Celerie remoulade	Entrée Calée sur la production IC (1 semaine avant)	Salade / radis noir	Macedoine
Plat	Tacaud grille	omelette	viande ou poisson calés sur la production IC (70gr) (1 semaine avant)	Bourgignon sans al cool au noisette	Galaette de tofu au fromage
Féculent	Lentille blonde	Quinoa	idem	pate	Haricot rouge
Légumes	Champignon + autichaud	melange de légumes chinois en julienne	idem	Butternut et Tomate	Légumes au wok
Dessert	Orange	Sojade myrtilles	Fonction IC	Fourré citron	banane