


Semaine n° 1 - du 2 au 8 Janvier 2012					Plan Alimentaire 2
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade de pâtes tricolore	Carottes râpées vinaigrette	<i>Céleri rémoulade</i>	Betteraves aux pommes	Potage de potiron
Plat principal	Nuggets	Pommes de terre à la savoyarde au lait "bio" 	<i>Couscous de poulet</i>	Bœuf aux oignons	Blanquette de poisson
Accompagnement	Haricots verts			Printanière de légumes	Riz créole
Produit laitier	Yaourt nature sucré	Cantadou	<i>Fromage blanc</i>	Camembert	Tome noire
Dessert	Banane	Flan vanille	<i>Ananas au sirop</i>	Galette des rois 	Poire

Produit issu de l'agriculture biologique

Semaine n° 2 - du 9 au 15 Janvier 2012					Plan Alimentaire 3
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Betteraves râpées	Bouillon vermicelle	<i>Potage de légumes</i>	Semoule fantaisie	Salade colorée
Plat principal	Echine 1/2 sel	Pot au feu et ses légumes "Bio" 	<i>Filet de dinde au jus</i>	Poisson pané citron	Pâtes à la bolognaise
Accompagnement	Lentilles		<i>Riz aux champignons</i>	Purée de brocolis	
Produit laitier	Fondu président	Brie	<i>Yaourt aromatisé</i>	Fromage frais sucré	Mimolette
Dessert	Liégeois chocolat	Kiwi	<i>Pomme</i>	Clémentines	Purée pomme/banane

Semoule fantaisie : semoule, tomate, petit pois, raisin sec / Salade colorée : carotte, radis, chou rouge, oignon

Produit issu de l'agriculture biologique

Semaine n° 3 - du 16 au 22 Janvier 2012					Plan Alimentaire 4
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Potage de poireaux		Duo d'hiver	<i>Haricots verts mimosa</i>	Salade de blé	Salade fromagère
Filet de poisson à la normande		Fricassée de volaille à la crème d'endives	<i>Pizza au fromage</i>	Rôti de porc à la moutarde	Steak haché
Riz pilaf		Embeurrée de chou	<i>Salade verte</i>	Jardinière de légumes	Frites
Gouda		Coulommiers	<i>Fraidou</i>	Fromage blanc	Cantafrais
Poire		Tarte au citron ou Flan au citron	<i>Flan nappé caramel</i>	Fruit "bio" 	Cocktail de fruits

Mardi : Menu d'hiver - Duo d'hiver : radis noir et carotte râpés

Produit issu de l'agriculture biologique

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 !

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° 4 - du 23 au 29 Janvier 2012					Plan Alimentaire 5
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Chou chinois aux lardons	Potage de légumes bio	Salade du chef	Rillettes	Salade d'agrumes
Plat principal	Omelette	Gratin de raviolis	Poulet rôti	Saumonette sauce crustacés	Cassoulet
Accompagnement	Purée de potiron		Petits-pois à la française	Semoule et épinards	
Produit laitier	Yaourt nature sucré	Emmental	Fripon	Saint paulin	Camembert
Dessert	Cookies	Kiwi	Orange	Poire	Flan vanille

Salade d'agrumes : salade, pomelos, mandarine

Semaine n° 5 - du 30 Janvier au 5 Février 2012					Plan Alimentaire 1
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade incas	Feuilleté au fromage	Pâté de foie	Potage de légumes	Salade mêlée
Plat principal	Sauté de volaille forestier	Boeuf mode	Filet de poisson sauce aurore	Jambon grill	Parmentier de poisson au lait bio
Accompagnement	Coquillettes	Carottes	Boullghour brocolis	Haricots verts	
Produit laitier	Vache qui rit	Yaourt aromatisé	Bûchette mi-chèvre	Edam	Chantailou
Dessert	Mousse au chocolat	Banane	Clémentines	Crêpe de la Chandeleur 	Purée pomme coing

Salade incas : riz, carotte, maïs / Salade mêlée : maïs, salade, croûton

Semaine n° 6 - du 6 au 12 Février 2012					Plan Alimentaire 2
	Lundi	Mardi 	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade western	Pomelos de chine	Salade auvergnate	Velouté de carottes bio	Betteraves râpées vgte
Plat principal	Filet de dinde au jus	Sauté de porc au caramel	Keftas à la marocaine	Bœuf bourguignon	Macaroni crème aux 2 poissons
Accompagnement	Mitonnée de légumes	Riz blanc	Semoule Légumes couscous	Choux fleurs et p. de terre	
Produit laitier	Fromage blanc	Cocktail de fruits coco	Cantadou	Tome blanche	Gouda
Dessert	Kiwi	Accras banane chocolat	Entremets vanille	Purée de pommes	Clémentines

Salade western : haricot rouge, maïs, poivron rouge, persil / Salade auvergnate : chou blanc, emmental, oignon, persil

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

www.ansamble.fr

Frut indiqué servi selon sa disponibilité

Légende pictogrammes :

 Produit Animation

 Pâtisserie Maison

Bon appétit !

Semaine n° 7 - du 13 au 19 Février 2012					Plan Alimentaire 3
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Trio de salades	Taboulé	Macédoine de légumes mayonnaise	Potage de légumes	Carottes râpées vinaigrette
Plat principal	Saucisse de Toulouse	Goulash de bœuf	Emincé de dinde à la normande	Filet de poisson au citron	Hachis parmentier
Accompagnement	Lentilles	Haricots verts	Tortis	Riz aux brocolis	
Produit laitier	Camembert	Tome grise	Bircher muesli	Yaourt nature sucré	Vache qui rit
Dessert	Flan nappé caramel	Orange		Banane	Purée de pommes

Trio de salades : iceberg, endive, frisée

Semaine n° 8 - du 20 au 26 Février 2012					Plan Alimentaire 4
	Lundi	Mardi Mardi Gras	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Soupe de tomate vermicelle	Salade d'agrumes	Betteraves vinaigrette	Salade marco polo	Salade du Léon
Plat principal	Filet de poisson à la bretonne	Poulet rôti	Tarte au fromage	Sauté de porc à l'ancienne	Steak haché
Accompagnement	Epinards béchamel et pomme de terre	Petit-pois à la française	Salade verte	Carottes	Frites
Produit laitier	Saint paulin	Coulommiers	Fraidou	Fromage blanc	Tome noire
Dessert	Kiwi	Donut's 	Entremets chocolat	Poire	Ananas au sirop

Salade d'agrumes : salade, pomelos, mandarine / Salade marco polo : pâte, poivron rouge, surimi, mayonnaise Salade du Léon : Choux fleurs, maïs

Semaine n° 9 - du 27 Février au 4 Mars 2012					Plan Alimentaire 5
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Potage de légumes	Pomelos	Salade de p. de terre mimosa	Salami	Salade catalane
Plat principal	Omelette	Spaghetti bolognaise	Sauté de volaille sauce chasseur	Filet de poisson sauce tomate	Choucroute
Accompagnement	Poêlée de légumes forestière		Salsifis carottes	Riz pilaf	
Produit laitier	Yaourt fermier	Emmental	Vache picon	Gouda	Brie
Dessert	Kiwi	Madeleine	Banane	Pomme	Entremets caramel

Salade catalane : haricot vert, tomate, thon, oignon

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	Salade fantaisie	Crêpe au fromage	Saucisson à l'ail	Potage vermicelle	Salade comtesse
Plat principal	Haché de poulet	Sauté de bœuf au paprika	Filet de poisson sauce crustacés	Galette saucisse	Beignets de poisson
Accompagnement	Farfalles	Purée crécy au lait bio	Haricots beurre	Salade	Epinards et p. de terre
Produit laitier	Fondu président	Yaourt sucré	Bûchette mi-chèvre	Mimolette	Emmental
Dessert	Mousse au chocolat	Poire	Pomme	Kiwi	Purée pomme coing

Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec / Salade comtesse : salade, tomate, raisin

Semaine n° 11 - du 12 au 18 Mars 2012					Plan Alimentaire 2
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Céleri rémoulade	Carottes râpées vinaigrette	Salade Esaü	Chou rouge aux pommes	Potage de légumes
Plat principal	Couscous poulet	Jambon grill	Nuggets	Bœuf aux oignons	Blanquette de poisson
Accompagnement		Pommes boulangères	Haricots verts	Printanière de légumes	Penne regate
Produit laitier	Fromage blanc bio	Coulommiers	Yaourt aromatisé	Fripon	Tome noire
Dessert	Ananas au sirop	Entremets praliné	Banane	Riz au lait 	Poire

Salade Esaü : lentille, tomate, œuf dur, échalote, ail, persil



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



Semaine n° 12 - du 19 au 25 Mars 2012					Plan Alimentaire 3
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Betterave râpée ciboulette	Salade argoat au persil frais	Velouté au cerfeuil	Taboulé à la menthe	Menthe à l'eau Salade colorée
	Rôti de porc à la sauge	Sauté de bœuf au gingembre et	Escalope de volaille à l'estragon	Poisson pané citron	Steak haché
	Haricots blancs cuisinés	Carottes	Riz pilaf	Purée de brocolis	Pâtes au pistou
	Edam	Camembert	Yaourt nature sucré	Mini roulé aux herbes	Emmental
	Liégeois vanille	Génoise choco menthe 	Pomme	Kiwi	Purée pomme banane

Le Printemps et les Herbes aromatiques - Salade argoat : pomme de terre, thon, oignon, persil / Salade colorée : carotte, radis, chou rouge, ciboulette
 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	Macédoine de légumes mayonnaise	Salade fantaisie	<i>Chou-fleur mimosa</i>	Salade de blé	Salade mêlée
Plat principal	Filet de poisson à la normande	Emincé de volaille au curry	<i>Pizza</i>	Sauté de porc à l'orange	Rôti de bœuf
Accompagnement	Riz créole	Haricots verts	<i>Salade</i>	Poêlée de légumes	Frites
Produit laitier	Gouda	Brie	<i>Fripon</i>	Fromage frais aux fruits	Saint paulin
Dessert	Poire	Far breton au lait bio 	<i>Flan nappé caramel</i>	Pomme	Cocktail de fruits

Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec / Salade mêlée : maïs, salade, croûton

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 croque	Betteraves vinaigrette	Salade arlequin	Tomate vinaigrette	Carottes râpées à la vinaigrette de miel
Plat principal	Tortilla	Tajine de légumes et pois chiche au miel	Filet de dinde à l'ancienne	Carbonnade flammande	Filet de poisson à l'oseille
Accompagnement	Ratatouille niçoise	Pâtes semi-complètes	Petits-pois	Purée de céleri	Riz pilaf
Produit laitier	Fromage blanc au miel	Emmental	Yaourt nature sucré	Tome noire	Camembert
Dessert	Purée de pommes	Kiwi	Tranche de pain d'épice 	Gâteau nid d'abeille 	Entremets chocolat

Salade arlequin : pomme de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert

Semaine n° 15 - du 9 au 15 Avril 2012					Plan Alimentaire 1
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Lundi de Pâques	Feuilleté au fromage	Pâté de foie	Salade italienne	Salade mimosa
Plat principal		Steak haché	Filet de poisson sauce aurore	Jambon grill sauce barbecue	Parmentier de poisson
Accompagnement		Haricots beurre	Brunoise de légumes	Carottes	
Produit laitier		Yaourt aromatisé	Tome blanche	Gouda	Vache qui rit
Dessert		Pomme	Banane	Poire	Compote pomme fraise

Salade italienne : pâte, tomate, olive noire, poivron vert, basilic / Salade mimosa : tomate, salade, œuf dur

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	<i>Salade paysanne</i>	<i>Carottes râpées</i>	<i>Concombre sauce yaourt</i>	<i>Salade de tomates</i>	<i>Macedoine de légumes</i>
Plat principal	<i>Cordon bleu</i>	<i>Sauté de porc printanier</i>	<i>Boulettes d'agneau façon tandoori</i>	<i>Rôti de bœuf</i>	<i>Marmitte de poison</i>
Accompagnement	<i>Mitonnée de légumes</i>	<i>Coudes rayés</i>	<i>Semoule</i>	<i>Haricots verts poêlés</i>	<i>Riz créole</i>
Produit laitier	<i>Saint paulin</i>	<i>Cantadou</i>	<i>Fondu président</i>	<i>Coulommiers</i>	<i>Fromage blanc</i>
Dessert	<i>Banane</i>	<i>Entremets vanille</i>	<i>Pêche au sirop</i>	<i>Tarte aux pommes</i> 	<i>Fraises (sous réserve)</i>

Salade paysanne : pomme de terre, carotte, lardon, tomate, croûton

	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 !