



	lundi 06 janvier	mardi 07 janvier	jeudi 09 janvier	vendredi 10 janvier
Potage	Oignons	Brocolis	Minestrone	Tomate
Plat	Emincé de poulet façon tex mex	Penne	Rôti de porc, jus corsé au thym	Quiche
Légume	Compote	Sauce bolognaise végétarienne	Rata aux chicons	aux poireaux saumon
Féculent	Potatoes maison	(quorn, tomate, carottes, oignons)	Banane fairtrade	Crème vanille
Dessert	Galette des rois	Yaourt aux fruits		
Allergènes	1,3,7,8	1,3,7	1,3	1,3,4,7
	lundi 13 janvier	mardi 14 janvier	jeudi 16 janvier	vendredi 17 janvier
Potage	Chou-fleur	8 légumes	Cerfeuil	Potiron
Plat	Carbonnades de boeuf	Chipolata	Lasagnes végétariennes	Filet de merlu MSC, crème tomatée
Légume	à la flammande (carottes, oignons)	Stoemp aux scaroles	épinards & ricotta	Brocolis
Féculent	Frites	Petit beurre	Pomme verte	Pommes de terre vapeur
Dessert	Riz au lait			Compotine
Allergènes	4	1,3,7	1,3,7	3,4,7
	lundi 20 janvier	mardi 21 janvier	jeudi 23 janvier	vendredi 24 janvier
Potage	Velouté courgettes	Cultivateur	Salsifis	Julienne
Plat	Saucisse de volaille	Gratin de coquillettes	Vol-au-vent de la mer (colin, saumon, cabillaud)	Julienne de légumes
Légume	Salade tounaisienne (chicons, choux-rouge, haricots blancs, mâche, pommes)	aux lentilles & à la ratatouille	Yaourt de "la ferme du bouret"	Riz
Féculent	Pommes pins	(tomate, courgette, aubergine, oignon)		Mandarine
Dessert	Liégeois chocolat	Poire		
Allergènes	3,7	1,3,7		3,4,7
	lundi 27 janvier	mardi 28 janvier	jeudi 30 janvier	vendredi 31 janvier
Potage	Carottes	Portugais	Julienne aux saveurs asiatiques	Epinards
Plat	Omelette	Farfalles	Emincé de porc sauce miel soja	Fish burger
Légume	Champignons à la crème	au brocoli & lardinettes de dinde	Riz sauté	Salade mixte
Féculent	Croquettes	Cookie "le petit Namurois"	aux légumes chinois	(Pain hamburger)
Dessert	Yaourt sucré		Salade de fruits	Cake marbré
Allergènes	1,3,7	1,3,7	3,6	1,3,4,6,7
Allergènes à déclaration obligatoire : 1 - Gluten / 2 - Crustacés / 3 - Oeuf / 4 - Poisson / 5 - Arachides / 6 - Soja / 7 - Lait / 8 - Fruits à coques / 9 - Céleri / 10 - Moutarde / 11 - Graines de sésame / 12 - Anhydrides sulfureux et sulfites en concentration de 10 mg/kg ou 10 mg/L / 13 - Lupin / 14 - Mollusques				

Légende :

Produits circuit court/locaux "en gras italique"

Produits Pêche durable

Légumes de saison

Menu végétarien

Aliments issus d'une agriculture responsable & raisonnée (Bio)

Viande de porc

Menu à thème : Epiphanie

Fairtrade

Menu à thème : Nouvel an chinois

Menus validés par les diététiciens de Api Restauration selon les exigences nutritionnelles en vigueur.

Les recettes sont susceptibles d'être modifiées en fonction de nos fournisseurs et les allergènes peuvent être modifiés. Pour toute information concernant les allergènes présents dans nos menus, veuillez vous adresser au chef de cuisine.