



Semaine 45
Du 06 au 10 novembre
HOHENGOEFT

Semaine 46
Du 13 au 17 novembre

Semaine 47
Du 20 au 24 novembre

Semaine 48
Du 27 novembre
au 01 décembre

Semaine 49
Du 04 au 08 décembre



LUNDI



Médailon de merlu à la ciboulette
Riz / Brocolis
Camembert
Purée pomme coing
** Pané au fromage

Macédoine de légumes à la vinaigrette
Cocotte de poulet basquaise
Pâtes chinoises sautées aux légumes
Orange
** Sauté végétal sauce basquaise

Emincé de bœuf stroganoff
Lentilles
Brunoise de légumes
Fromage à tartiner
Poire
** Croque tofu à la provençale

Filet de hoki sauce aurore
Riz / Duo de haricots Bleu
Purée pomme ananas
** Steak de soja tomate basilic

Repas végétarien
Panier maraicher
Boulettes de flageolets
Carottes à la crème
Petits suisses nature

MARDI

Salade grecque
Sauté de bœuf au piment d'Espelette
Mini coques
Julienne de légumes
Yaourt nature
** Allumettes végétales à la ciboulette

Soupe de légumes
Tajine de veau au citron
Semoule
Légumes du soleil
Fromage blanc nature
** Galette de haricots rouges

Filet de colin sauce matelote
Amiwo
Gratin de salsifis aux légumes
Tomme blanche
Pomme
** Grinioc à l'épeautre sauce crème

Repas végétarien
Hachi parmentier de céleri végétal
Salade de carottes
Fromage à coque rouge
Banane

Sauté de dinde au paprika
Boulghour
Légumes du soleil
Munster
Orange
** Grillardin végétal

MERCREDI

Palette à la diable
Pommes de terre rissolées
Courgettes aux herbes
Fromage à tartiner
Cocktail de fruits
Au naturel
* Rôti de dinde au raifort
** Steak végétal

Fricassée de poisson sauce Nantua
Cœur de blé
Epinards à la crème
Comté
Banane
** Allumettes végétales sauce romarin

Salade de courgettes
Sauté de porc sauce paysanne
Gnocchis
Petits suisses nature
* Sauté de dinde sauce paysanne
** Escalope végétale sauce paysanne

Cuisse de poulet grillée
Petits pois à la française
Gouda
Clémentines
** Soufflé de légumes

Soupe de céleri
Filet de colin sauce au fromage
Riz pilaf
Gratin de brocolis
Faisselle nature
** Sauté de tofu sauce au fromage

JEUDI



Repas végétarien
Poêlée de pois chiche
Quinoa / Ratatouille
Saint Paulin
Pomme au four
sans sucre

Soupe de courges
Cordon bleu de volaille
Purée de haricots verts
Purée de pêches
** Cordon bleu végétarien

Repas végétarien
Salade de concombres
Chili de légumes
Pépinites / Caponata
Yaourt nature

Soupe de légumes
Emincé de bœuf sauce grand-mère
Blé / Piperade
Fromage blanc
à la framboise sans sucre
** Emincé végétal sauce au fromage

Mini penne à la carbonara
Salade de betteraves
Fromage aux fines herbes
Cocktail de fruits au naturel
*/** Mini penne à la carbonara végétale

VENDREDI

Hachi parmentier de Potiron
Salade de concombres
Emmental
Banane
** Hachis parmentier de potiron végétal

Repas végétarien
Spaetzle and cheese
Salade de carottes
Munster
Clémentines

Repas manger main
Légumes à croquer
Fromage blanc antillais
Mini bouchées manger main
Potatoes au paprika
Purée pomme fraise
** Mini bouchées manger main sans viande

Radis + Beurre
Omelette persillée
Purée de poireaux
Yaourt nature
** Saucisse végétale

Salade de haricots verts
Bœuf bourguignon
Curry de légumes
Pomme
** Galette de céréales sauce brune

Les enfants choisissent :

Les enfants du périscolaire de HOHENGOEFT sont fiers de vous proposer en semaine 45 les menus qu'ils ont confectionnés avec l'aide de la diététicienne de PSBC. Les enfants vous conseillent d'accompagner vos repas d'un verre d'eau et vous rappellent aussi que les matières grasses même si elles ne sont pas notées dans les menus peuvent se trouver dans les plats. A bon entendre !

Tous les enfants de HOHENGOEFT vous souhaitent un bon appétit !

