Menu conseil selon plan alimentaire

Fruits et Légumes cuits
Fruits et Légumes crus
Poissons ou fruits de mer
Viande bœuf, agneau, veau
Œufs, volaille ou porc
Féculents
Produits laitiers, Produits sucrés

INSTITUTION CATHOLIQUE

Semaine du 02 au 06 novembre 2026

Menus réalisés en collaboration avec notre diététicienne
Caroline Rotman
Diététicienne

Le chef et son équipe vous souhaitent un bon appétit !

LUNDI	MARDI *Repas végétarien*	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Macédoine de légumes	Œuf dur mayonnaise	Buffet de crudités	Carottes au citron	Salade de champignons
Steak haché	Galette orge miel chèvre	Plat du jour	Boulette à l'agneau	Poisson filet
Râpé de pomme de terre	Poêlée de légumes verts	Légumes du jour	Haricots beurre persillés	Riz créole
Plat végétarien Omelette			Poêlée de céréales	Dahl de lentilles
Yaourt nature	Emmental	Fromage	Fromage blanc	Tomme de Savoie
Compote	Fruits de saison	Dessert du jour	Gâteau tout choco	Fruits de saison

Les menus sont susceptibles de changer, selon les arrivages.

TABLEAU INFORMATION ALLERGENES

semaine du 02 au 06 novembre 2026	Céréales contenant du gluten	Arachide et produits à base d'arachide	Soja et produit à base de soja	Oeufs et aliments à base d'œuf	Lait et produit à base de lait	Fruits à coque	Graines de sésames et produits à base de sésame	Céleri et produits à base de céleri	Moutarde et produit à base de moutarde	Lupin et produits à base de lupin	Conservateurs E220 (dioxyde de soufre) et sulfites.	Crustacés et produits à base de crustacés	Poissons et produits dérivés du poisson	Mollusques
lundi														
Macédoine de légumes								X	X					
Steak haché														
Râpé de pomme de terre														
Omelette				X	X									
Yaourt nature					X									
Compote														
mardi														
Œuf dur mayonnaise				X					X					
Galette orge miel chèvre bio	X				X									
Poêlée de légumes verts														
Emmental					X									
Fruits de saison														
mercredi														
Entrées du jour	X	X	X	X	X	X			X		X	X	X	X
Plat du jour		X	X	X	X						X	X	X	X
Légumes du jour														
Fromages					X									
Dessert du jour	X			X	X	X								
jeudi														
Carottes au citron														
Boulette à l'agneau														
Haricots beurre persillés														
Poêlée de céréales	X													
Fromage blanc					X									
Gâteau tout choco	X			X	X	X								
vendredi														
Salade de champignons					X									
Filet de poisson	X											X	X	X
Riz créole														
Dahl de lentilles														
Tomme de Savoie					X									
Fruits de saison														

peut contenir des traces d'autres allergènes