



- Le coin des parents -

 **Question d'Ophélie, maman de Noah, 18 mois :**
"Mon enfant ne veut plus boire de lait, dois-je le forcer ?"

Plus Bébé grandit, plus il va manger d'aliments avec des morceaux. Il est fréquent qu'il délaisse ses biberons pour des aliments plus solides. Néanmoins, il faut veiller à maintenir l'équivalent de 500ml de lait infantile par jour jusqu'à ses 3 ans. Vous pouvez l'intégrer dans une bouillie à base de céréales le matin, ou dans ses potages et purées. Vous pouvez également compenser par des yaourts natures, fromages blancs ou petits suisses. Le lait doit rester un élément de son alimentation. S'il refuse de boire du lait, rusez en lui en faisant manger de façon détournée!

 **Zoom sur... la diversification menée par l'enfant**

Cette approche vise à laisser l'enfant découvrir les aliments par lui-même. Terminées la petite cuillère, les purées et les compotes, c'est à Bébé de se saisir des aliments solides, de la taille de son poing, avec ses mains. Cette diversification peut être mise en place lorsqu'il sait se tenir assis sur une chaise, qu'il ait des dents ou non : cela renforcera ses gencives. Comme une diversification classique, on inclut un légume ou un fruit à la fois, bien cuit, en petits morceaux, puis on introduit progressivement les féculents, les protéines etc... Attention à ne pas mélanger cette méthode et la méthode purée/compote car avec cette dernière, Bébé aura pris l'habitude de ne pas mâcher.



API RESTAURATION, S.A. à Directeur et Conseil de Surveillance Capital de 1 000 000€
RCS Lille Métropole : 477 181 010 - siège : 384 rue du Général de Gaulle 59370 Mons-en-Baroeul

Conception CréApi

api

JANVIER - FÉVRIER 2020



Soyons complices

- Premiers pas -

ÉDITO

À la découverte du goût !

Il est bien connu que la cuisine française régale le monde entier. Il est désormais temps de la faire découvrir petit à petit à Bébé et de passer à la diversification. Commençons par les purées de légumes, les compotes de fruits ou les écrasés de fruits, à partir de 4 mois révolus. Les légumes doivent être bien cuits, tout comme la pomme de terre. Les fruits peuvent être proposés crus mais toujours bien mûrs. Une fois les purées bien appréciées de Bébé, dès 7/8 mois, vous pourrez proposer des petits morceaux : féculents de petite taille (pâtes, riz, semoule) ainsi que des oeufs et de la viande ou du poisson mixés finement.



Votre diététicienne
à votre écoute sur le site
www.api-restauration.com

Les matières grasses pourront être aussi ajoutées à vos préparations. À partir de 9-12 mois, les purées de légumes pourront devenir des écrasés, la viande sera hachée et le poisson et l'oeuf émiettés. Le pain pourra aussi être proposé à Bébé. Finalement, à 1 an, les légumes crus pourront être introduits. Bébé aura donc bien entamé son voyage culinaire.

Menus de Janvier

Menus du 6 au 31 janvier 2020



Cuisiné par nos chefs



Produit local et/ou régional
cuisiné par nos chefs
(hors fruits frais et produits laitiers)



Produit BIO

	lundi 6 janvier	mardi 7 janvier	mercredi 8 janvier	jeudi 9 janvier	vendredi 10 janvier
Bébé	ESCALOPE DE PORC* (VPF) AU JUS	FILET DE COLIN VAPEUR	EMINCE DE BŒUF (VBF) AU JUS	PAVE DE SAUMON VAPEUR	FILET DE POULET (VVF) AU JUS
	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE
	PUREE LISSE DE CHOU ROMANESCO	PUREE LISSE D'HARICOTS VERTS	PUREE LISSE DE CAROTTES	PUREE LISSE DE PETITS POIS EXTRA FINS	PUREE LISSE DE POTIMARRON
	COMPOTE POMMES BIO - BANANES	COMPOTE POMMES BIO - CLEMENTINES	COMPOTE POMMES BIO - SEPCULOOS	COMPOTE POMMES BIO - POIRES	COMPOTE POMMES BIO
Moyen	ESCALOPE DE PORC* (VPF) ET BOUILLON DE LEGUMES	OMELETTE BIO	EMINCE DE BŒUF (VBF) ET BOUILLON DE LEGUMES	PAVE DE SAUMON ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE POULET (VVF) ET BOUILLON DE LEGUMES
	SEMOULE BIO	ECRASE DE POMMES DE TERRE	PATES ALPHABET	POLENTA CREMEUSE	PATES RISETTI
	CHOU ROMANESCO MOULINE	HARICOTS VERTS MOULINES	CAROTTES MOULINEES	PETITS POIS EXTRA FINS MOULINES	POTIMARRON MOULINE
	YAOURT NATURE	PETIT SUISSE NATURE	BRIE (à portionner)	FROMAGE BLANC NATURE	BUCHE FRAICHE AIL ET FINES HERBES (locale, à portionner)
COMPOTE POMMES BIO - BANANES	COMPOTE POMMES BIO - CLEMENTINES	COMPOTE POMMES BIO - SPECULOOS	COMPOTE POMMES BIO - POIRES	COMPOTE POMMES BIO	

GALETTE DES ROIS

Grand	BETTERAVES ROUGES AU VINAIGRE BALSAMIQUE	CHOU ROUGE VINAIGRETTE AUX POMMES	ENDIVES VINAIGRETTE AUX AGRUMES	RADIS NOIR AU FROMAGE BLANC CIBOULETTE	VELOUTE DE LEGUMES
	ESCALOPE DE PORC* (VPF) AU BASILIC	OMELETTE BIO	BŒUF (VBF) BOURGUIGNON	PAVE DE SAUMON A L'ANCIENNE	FILET DE POULET SAUCE FORESTIERE
	SEMOULE BIO	ECRASE DE POMMES DE TERRE	LENTILLONS BIO (locaux) AU JUS	POLENTA CREMEUSE	TORSADES
	CHOU ROMANESCO	HARICOTS VERTS AIL ET PERSIL	CAROTTES AU THYM	PETITS POIS EXTRA FINS	POTIMARRON AU FROMAGE
	EDAM BIO	SAINT PAULIN (à portionner)	BRIE (à portionner)	FROMAGE BLANC NATURE	BUCHE FRAICHE AIL ET FINES HERBES (locale, à portionner)
	FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMMES BIO - CLEMENTINES	COMPOTE POMMES BIO - SPECULOOS	GALETTE DES ROIS (à portionner)(attention : fêtes)	FRUIT DE SAISON

	lundi 20 janvier	mardi 21 janvier	mercredi 22 janvier	jeudi 23 janvier	vendredi 24 janvier
Bébé	AIGUILLETES DE POULET (VVF) AU JUS	PAVE DE SAUMON VAPEUR	PAVE DE JAMBON* (VPF) AU JUS	EMINCE DE BŒUF (VBF) AU JUS	FILET DE LIEU VAPEUR
	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE
	PUREE LISSE D'HARICOTS PANACHES	PUREE LISSE DE CAROTTES ET BLETTES	PUREE LISSE DE CHOU-FLEUR	PUREE LISSE DE POTIMARRON	PUREE LISSE DE CAROTTES
	COMPOTE POMMES BIO - POIRES	COMPOTE POMMES BIO - MANGUE	COMPOTE POMMES BIO - CITRON BIO	COMPOTE POMMES BIO - VANILLE	COMPOTE POMMES BIO - BANANE
Moyen	AIGUILLETES DE POULET (VVF) ET BOUILLON DE BOULGOUR BIO	PAVE DE SAUMON ET BOUILLON DE LEGUMES	PAVE DE JAMBON* (VPF) ET BOUILLON DE LEGUMES	EMINCE DE BŒUF (VBF) ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE LIEU ET BOUILLON DE LEGUMES
	HARICOTS PANACHES MOULINES	BLETTES MOULINEES	CHOU-FLEUR MOULINE	PUREE DE POTIMARRON	CAROTTES MOULINEES
	FROMAGE A TARTINER	FROMAGE BLANC NATURE	YAOURT NATURE	BLEU (à portionner)	CAMEMBERT BIO (à portionner)
	COMPOTE POMMES BIO - POIRES	COMPOTE POMMES BIO - MANGUE	COMPOTE POMMES BIO - CITRON BIO	COMPOTE POMMES BIO - VANILLE	COMPOTE POMMES BIO - BANANE

Grand	MACEDOINE DE LEGUMES VINAIGRETTE	VELOUTE D'EPINARDS	TABOULE A LA MENTHE	POIREAUX VINAIGRETTE	BETTERAVES VINAIGRETTE A L'ECHALOTE
	AIGUILLETES DE POULET (VVF) AU CURRY	PAVE DE SAUMON A L'ESTRAGON	JAMBON BLANC*	EMINCE DE BŒUF (VBF) AUX EPICES	POLENTA FROMAGERE AU BASILIC
	BOULGOUR BIO	RIZ BIO CREOLE	ECRASE DE POMMES DE TERRE	COQUILLETES BIO	
	HARICOTS PANACHES	GRATIN DE BLETTES	CHOU-FLEUR SAUCE AUREORE	PUREE DE POTIMARRON	CAROTTES AUX OIGNONS
	FROMAGE A TARTINER	FROMAGE BLANC NATURE	MIMOLETTE (à portionner)	BLEU (à portionner)	CAMEMBERT BIO (à portionner)
	FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMMES BIO - MANGUE	FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMMES BIO - VANILLE	BANANE BIO

	lundi 13 janvier	mardi 14 janvier	mercredi 15 janvier	jeudi 16 janvier	vendredi 17 janvier
Bébé	EMINCE DE VEAU (VBF) AU JUS	FILET DE COLIN VAPEUR	SAUTE DE DINDE (VVF) AU JUS	EMINCE DE BŒUF (VBF) AU JUS	DOS DE CABILLAUD AU JUS VAPEUR
	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE
	PUREE LISSE D'EPINARDS	PUREE LISSE DE SALSIFIS ET CAROTTES	PUREE LISSE DE CELERI ET CAROTTES	PUREE LISSE DE CAROTTES	PUREE LISSE DE BROCOLIS
	COMPOTE POMMES BIO - TILLEUL	COMPOTE POMME BIO BANANE BIO - POIRE	COMPOTE POMMES BIO - KIWI	COMPOTE POMMES BIO - DATTES	COMPOTE POMMES BIO - ANANAS
Moyen	EMINCE DE VEAU (VBF) ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE COLIN ET BOUILLON DE LEGUMES	SAUTE DE DINDE (VVF) ET BOUILLON DE LEGUMES	EMINCE DE BŒUF (VBF) ET BOUILLON DE LEGUMES	DOS DE CABILLAUD ET BOUILLON DE LEGUMES
	RIZ BIO CREOLE	ECRASE DE POMMES DE TERRE	SEMOULE BIO	PUREE DE POMMES DE TERRE	PATES PERLES
	EPINARDS MOULINES	SALSIFIS MOULINES	CELERI MOULINE	CAROTTES MOULINEES	BROCOLIS MOULINE
	PETIT SUISSE NATURE	SAINT NECTAIRE PORTION	BRIE (à portionner)	COULOMMIERS (à portionner)	YAOURT NATURE
COMPOTE POMMES BIO - TILLEUL	COMPOTE POMME BIO BANANE BIO - POIRE	COMPOTE POMMES BIO - KIWI	COMPOTE POMMES BIO - DATTES	COMPOTE POMMES BIO - ANANAS	

Grand	SALADE DE PATES ET CORNICHONS	CAROTTES RAPEES VINAIGRETTE A L'ORANGE	VELOUTE DE POTIRON AU FROMAGE FONDU	CELERI RAPE SAUCE AU YAOURT	PANAIS RAPE VINAIGRETTE AU MIEL
	EMINCE DE VEAU (VBF) MARENGO	FILET DE COLIN AU CERFEUIL	SAUTE DE DINDE (VVF) SAUCE TAJINE	GRATIN DE BŒUF POMMES DE TERRE CAROTTES	DOS DE CABILLAUD SAUCE MORNAY
	RIZ BIO PILAF	POMMES VAPEUR	SEMOULE BIO		PATES BIO
	EPINARDS A LA CREME ET FROMAGE	SALSIFIS PERSILLES	LEGUMES COUSCOUS		BROCOLIS
	PETIT SUISSE SUCRE	SAINT NECTAIRE PORTION	BRIE (à portionner)	COULOMMIERS (à portionner)	GOUDA (à portionner)
	FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMME BIO BANANE BIO - POIRE	KIWI BIO	COMPOTE POMMES BIO - DATTES	TARTE A L'ANANAS (à portionner)

	lundi 27 janvier	mardi 28 janvier	mercredi 29 janvier	jeudi 30 janvier	vendredi 31 janvier
Bébé	SAUTE DE PORC* (VPF) AU JUS	LIEU VAPEUR	EMINCE DE BŒUF (VBF) AU JUS	FILET DE HOKI VAPEUR	EMINCE DE DINDE (VVF) AU JUS
	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE
	PUREE LISSE DE PETITS POIS EXTRA FINS	PUREE LISSE DE CAROTTES	PUREE LISSE DE POTIRON	PUREE LISSE D'EPINARDS	PUREE LISSE D'HARICOTS BEURRE
	COMPOTE POMMES BIO - ANANAS	COMPOTE POMMES BIO	COMPOTE POMMES BIO - FLEUR D'ORANGER	COMPOTE POMMES BIO - KIWI	COMPOTE POMMES BIO - POIRE
Moyen	SAUTE DE PORC* (VPF) ET BOUILLON DE LEGUMES	LIEU ET BOUILLON DE LEGUMES	EMINCE DE BŒUF (VBF) ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE HOKI ET BOUILLON DE LEGUMES	EMINCE DE DINDE (VVF) ET BOUILLON DE LEGUMES
	PUREE DE POMMES DE TERRE	RIZ BIO	SEMOULE BIO	PATES ALPHABET	ECRASE DE POMMES DE TERRE
	PETITS POIS EXTRA FINS MOULINES	CAROTTES MOULINEES	POTIRON MOULINE	EPINARDS MOULINES	HARICOTS BEURRE MOULINES
	PETIT SUISSE NATURE	YAOURT NATURE	BRIE (à portionner)	FROMAGE BLANC NATURE	VACHE QUI RIT
COMPOTE POMMES BIO - ANANAS	COMPOTE POMMES BIO	COMPOTE POMMES BIO - FLEUR D'ORANGER	COMPOTE POMMES BIO - KIWI	COMPOTE POMMES BIO - POIRE	

NOUVEL AN CHINOIS

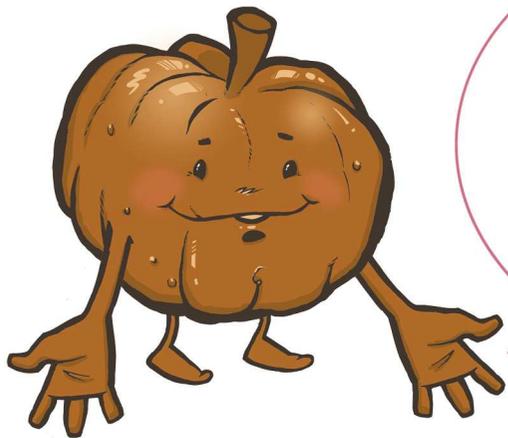
Grand	POMELOS	CHOU CHINOIS RAPE VINAIGRETTE A L'ORANGE	CAROTTES RAPEES AU CUMIN	CHAMPIGNONS A LA GRECQUE	CŒUR DE PALMIER VINAIGRETTE
	SAUTE DE PORC* (VPF) SAUCE AIGRE-DOUCE	LIEU A LA CHINOISE (coriandre, citron, curcuma, ail)	EMINCE DE BŒUF (VBF) A LA MOUTARDE	FILET DE HOKI AUX HERBES	EMINCE DE DINDE (VVF) A LA NORMANDE
	POMMES VAPEUR	RIZ BIO	SEMOULE BIO	COQUILLETES BIO	ECRASE DE POMMES DE TERRE
	PETITS POIS EXTRA FINS	POEEE CHINOISE	DES DE POTIRON	EPINARDS A LA CREME	HARICOTS BEURRE PERSILLES
	EDAM BIO	YAOURT NATURE	BRIE (à portionner)	CANTAL (à portionner)	VACHE QUI RIT
	COMPOTE POMMES BIO - ANANAS	SMOOTHIE BANANE MANGUE	COMPOTE POMMES BIO - FLEUR D'ORANGER	KIWI BIO	MINI CREPES SUCREES DE LA CHANDELEUR

*Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances.
Pour toute information, merci de vous rapprocher de la cuisine.*

*plats faisant l'objet d'un remplacement pour les repas sans porc (SP)



Découvrir...



On me confond souvent avec mon cousin le potiron, qui est plus aplati et de couleur orange à verte



L'info nutrition : la dentition

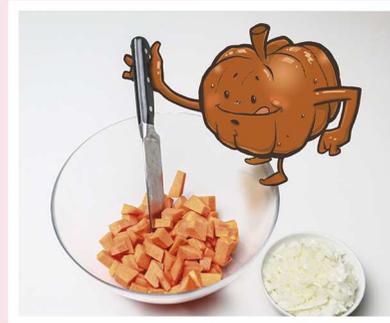
Pas besoin de dents pour que Bébé puisse commencer à manger des aliments. Chaque enfant est unique et se développe à son rythme. N'attendez pas qu'elles poussent pour commencer à diversifier. Il aura besoin d'autres apports que le lait pour continuer de grandir. Tout est dans la texture et la cuisson des aliments. Vous débuterez par des fruits et légumes qui seront bien cuits, dont la texture sera facile à adapter aux capacités de votre enfant, les autres aliments suivront.



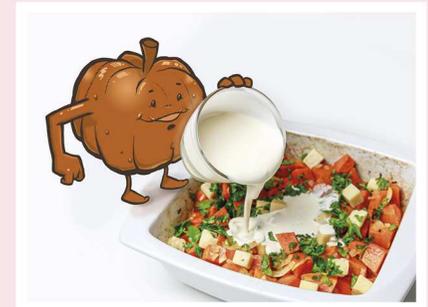
Crumble à la citrouille (à partir de 12 mois)

INGRÉDIENTS POUR 4 ENFANTS :

- 600g de chair de citrouille
- 1 oignon
- 25g de crème fraîche
- 75g de farine
- 40g de beurre
- 50g de gruyère râpé
- 50g de cantal en dés
- Persil
- Un filet d'huile d'olive



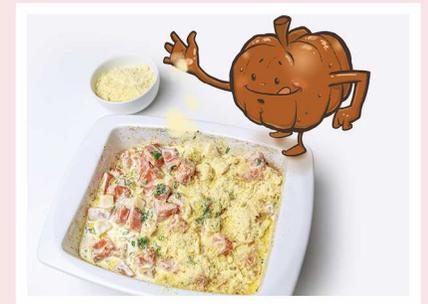
1. Peler et couper la citrouille en cubes, émincer les oignons et déposer le tout dans un plat allant au four. Verser un filet d'huile d'olive par dessus.



2. Enfourner 30 min dans un four préchauffé à 180 °C. À la sortie du four ajouter la crème fraîche, le persil ciselé et les dés de cantal.

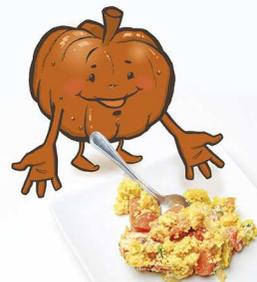


3. Réaliser la pâte à crumble : dans un saladier, mélanger la farine, le gruyère râpé et le beurre. Émietter du bout des doigts pour obtenir une pâte sableuse.



4. Saupoudrer la pâte à crumble sur la préparation et remettre au four à 180°C pendant 20 min.

Déguster !



Menus de Février



Menus du 3 au 28 février 2020



Cuisiné par
nos chefs



Produit local
et/ou régional
cuisiné par nos chefs
(hors fruits frais et produits laitiers)



Produit BIO

	lundi 3 février	mardi 4 février	mercredi 5 février	jeudi 6 février	vendredi 7 février
Bébé	ESCALOPE DE PORC* (VPF) AU JUS	DOS DE CABILLAUD VAPEUR	EMINCE DE BŒUF (VBF) AU JUS	AIGUILLETTES DE POULET (VVF) AU JUS	FILET DE LIEU VAPEUR
	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE
	PUREE LISSE DE CHOU ROMANESCO	PUREE LISSE D'EPINARDS	PUREE LISSE DE CAROTTES ET SALSIFIS	PUREE LISSE DE CAROTTES	PUREE LISSE DE JARDINIÈRE
	COMPOTE POMMES BIO - LITCHIS	COMPOTE POMMES BIO - PRUNEUX	COMPOTE POMMES BIO - ORANGE	COMPOTE POMMES BIO - RHUBARBE	COMPOTE POMMES BIO - CAROTTES
Moyen	ESCALOPE DE PORC* (VPF) ET BOUILLON DE LEGUMES	ŒUF DUR BIO	EMINCE DE BŒUF (VBF) ET BOUILLON DE LEGUMES	AIGUILLETTES DE POULET (VVF) ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE LIEU ET BOUILLON DE LEGUMES
	BOULGOUR BIO	PUREE DE POMMES DE TERRE	RIZ BIO CREOLE	ECRASE DE POMMES DE TERRE	CŒUR DE BLE
	CHOU ROMANESCO MOULINE	EPINARDS MOULINES	SALSIFIS MOULINES	CAROTTES MOULINEES	JARDINIÈRE DE LEGUMES MOULINEE
	YAOURT NATURE	CAMEMBERT BIO (à portionner)	PETIT SUISSE NATURE SUCRE	TOMME NOIRE (à portionner)	CARRE FRAIS
Grand	VELOUTE DE POTIRON	CELERI RAPE VINAIGRETTE AU FROMAGE BLANC	SALADE DE FONDS D'ARTICHAUTS VINAIGRETTE	VELOUTE DE LEGUMES VERTS	CHOU ROUGE AUX POMMES
	ESCALOPE DE PORC* (VPF) A LA CREME	ŒUFS DURS BIO A LA FLORENTINE (œufs durs bio, pommes de terre, épinards béchamel au fromage)	EMINCE DE BŒUF (VBF) AUX OIGNONS	AIGUILLETTES DE POULET (VVF) FACON TAJINE	FILET DE LIEU A L'ANETH
	BOULGOUR BIO		RIZ BIO PILAF	POMMES RISSELES	BLE A LA TOMATE
	GRATIN DE CHOU ROMANESCO		SALSIFIS AU MIEL	CAROTTES RONDELLES	JARDINIÈRE DE LEGUMES
	MIMOLETTE (à portionner)	CAMEMBERT BIO (à portionner)	PETIT SUISSE NATURE SUCRE	TOMME NOIRE (à portionner)	CARRE FRAIS
FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMMES BIO - PRUNEUX	ORANGE	COMPOTE POMMES BIO - RHUBARBE	COMPOTE POMMES BIO - CAROTTES	

	lundi 10 février	mardi 11 février	mercredi 12 février	jeudi 13 février	vendredi 14 février
Bébé	SAUTE DE BŒUF (VBF) AU JUS	FILET DE HOKI VAPEUR	FILET DE POULET (VVF) AU JUS	DOS DE COLIN VAPEUR	EMINCE DE PORC* (VPF) AU JUS
	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE
	PUREE LISSE DE CAROTTES	PUREE LISSE DE CAROTTES ET NAVETS	PUREE LISSE D'HARICOTS PLATS	PUREE LISSE DE POTIRON	PUREE LISSE DE POLEE DE LEGUMES ET CHAMIGNONS
	COMPOTE POMMES BIO - VERVEINE	COMPOTE POMMES BIO - FLEUR D'ORANGER	COMPOTE POMMES BIO - POIRES	COMPOTE POMMES BIO - RAISINS SECS	COMPOTES POMMES BIO
Moyen	SAUTE DE BŒUF (VBF) ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE HOKI ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE POULET (VVF) ET BOUILLON DE LEGUMES	DOS DE COLIN ET BOUILLON DE LEGUMES	EMINCE DE PORC* (VPF) ET BOUILLON DE LEGUMES
	SEMOULE BIO	CŒUR DE BLE	ECRASE DE POMMES DE TERRE	PEPINETTES	RIZ BIO CREOLE
	CAROTTES MOULINEES	NAVETS MOULINES	HARICOTS PLATS MOULINES	POTIRON MOULINE	POLEE DE LEGUMES ET CHAMIGNONS MOULINEE
	YAOURT NATURE	SAINT PAULIN (à portionner)	PETIT SUISSE NATURE	MONTBOISSIER (à portionner)	FROMAGE BLANC NATURE
Grand	CAROTTES RAPEES (locales) AUX AGRUMES	SALADE DE LENTILLONS BIO VINAIGRETTE	VELOUTE DE PETITS POIS	QUICHE LORRAINE (à portionner)	HARICOTS BEURRE A L'ECHALOTE
	SAUTE DE BŒUF (VBF) A LA FORESTIERE	FILET DE HOKI SAUCE AJURORE	FILET DE POULET (VVF) AU CURRY	DOS DE COLIN A L'ESTRAGON	EMINCE DE PORC* (VPF) AU PAPRIKA
	SEMOULE BIO	CŒUR DE BLE	POMMES DE TERRE PERSILLEES	GNOCCHIS AU BEURRE	RIZ BIO CREOLE
	DUO DE CAROTTES AU JUS	NAVETS BRAISES	HARICOTS PLATS	POTIRON	POLEE LEGUMES ET CHAMIGNONS
	YAOURT NATURE	SAINT PAULIN (à portionner)	MAASDAM BIO (à portionner)	MONTBOISSIER (à portionner)	CANTAL (à portionner)
FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMMES BIO - POIRES	FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON	

	lundi 17 février	mardi 18 février	mercredi 19 février	jeudi 20 février	vendredi 21 février
Bébé	DOS DE CABILLAUD VAPEUR	EMINCE DE DINDE (VVF) AU JUS	ROTI DE PORC* (VPF) AU JUS	FILET DE SAUMON VAPEUR	FILET DE HOKI VAPEUR
	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE
	PUREE LISSE DE PANAIS	PUREE LISSE DE PETITS POIS EXTRA FINS	PUREE LISSE DE CAROTTES ET POIREAUX	PUREE LISSE DE CELERI	PUREE LISSE DE CHOU ROMANESCO
	COMPOTE POMMES BIO - ANANAS	COMPOTE POMMES BIO - ORANGE	COMPOTE POMMES BIO - CAROTTES	COMPOTE POMMES BIO - CANNELLE	COMPOTE POMMES BIO - KIWI
Moyen	DOS DE CABILLAUD ET BOUILLON DE LEGUMES	EMINCE DE DINDE (VVF) AU JUS	ROTI DE PORC* (VPF) ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE SAUMON ET BOUILLON DE LEGUMES	OMELETTE BIO
	PUREE DE POMMES DE TERRE	BOULGOUR BIO	PEPINETTES	RIZ BIO CREOLE	ECRASE DE POMMES DE TERRE
	PANAIS MOULINE	PETITS POIS EXTRA FINS MOULINES	POIREAUX MOULINES	CELERI MOULINE	CHOU ROMANESCO MOULINE
	BOURBIN NATURE	PETIT SUISSE NATURE SUCRE	CARRE DE LIGUEIL (à portionner)	YAOURT NATURE	FROMAGE BLANC NATURE
Grand	SALADE DE PATES A L'ITALIENNE	CAROTTES RAPEES (locales) AU CUMIN	POTAGF DE LEGUMES VERTS	CHOU ROUGE RAPE AU FROMAGE BLANC	BETTERAVES ROUGES VINAIGRETTE
	DOS DE CABILLAUD SAUCE BEURRE CITRON	EMINCE DE DINDE (VVF) AU JUS	ROTI DE PORC* (VPF) SAUCE FROMAGERE	FILET DE SAUMON AUX AROMATES	OMELETTE BIO
	PUREE DE POMMES DE TERRE	BOULGOUR BIO	COQUILLETES BIO	RIZ BIO PILAF	POMMES DE TERRE BECHAMEL
	PANAIS AU MIEL	PETITS POIS EXTRA FINS	POIREAUX A LA CREME	CELERI ECRASE	CHOU ROMANESCO
	BOURBIN NATURE	PETIT SUISSE NATURE SUCRE	CARRE DE LIGUEIL (à portionner)	EMMENTAL (à portionner)	TOMME GRISE (à portionner)
FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMMES BIO - CAROTTES	COMPOTE POMMES BIO - CANNELLE	KIWI BIO	

	lundi 24 février	mardi 25 février	mercredi 26 février	jeudi 27 février	vendredi 28 février
Bébé	AIGUILLETTES DE POULET (VVF) AU JUS	EMINCE DE VEAU (VBF) AU JUS	FILET DE HOKI VAPEUR	PAVE DE JAMBON* (VPF) AU JUS	DOS DE COLIN VAPEUR
	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE	PUREE DE POMMES DE TERRE
	PUREE LISSE D'HARICOTS PANACHES	PUREE LISSE DE BROCOLIS	PUREE LISSE DE CAROTTES ET ENDIVES	PUREE LISSE DE CAROTTES	PUREE LISSE DE LEGUMES COUSCOUS
	COMPOTE POMMES BIO - BETTERAVES	COMPOTE POMMES BIO	COMPOTE POMMES BIO - PETITS BEURRE	COMPOTE POMMES BIO - BANANE	COMPOTE POMMES BIO - CITRON BIO
Moyen	AIGUILLETTES DE POULET (VVF) ET BOUILLON DE LEGUMES	EMINCE DE VEAU (VBF) ET BOUILLON DE LEGUMES	FILET DE HOKI ET BOUILLON DE LEGUMES	PAVE DE JAMBON* (VPF)	DOS DE COLIN ET BOUILLON DE LEGUMES
	MINI-FARFALLES	RIZ BIO	ECRASE DE POMMES DE TERRE	PATES RISETTI	SEMOULE BIO
	HARICOTS PANACHES MOULINES	BROCOLIS MOULINES	ENDIVES MOULINEES	CAROTTES MOULINEES	LEGUMES COUSCOUS MOULINES
	SAMOS	FROMAGE BLANC NATURE	PETIT SUISSE NATURE	CAMEMBERT BIO (à portionner)	BRIE (à portionner)
Grand	POMMES	SALADE ARLEQUIN (carottes chou vert mais à la ciboulette)	CŒUR D'ARTICHAUTS VINAIGRETTE	SALADE DE RIZ AU THON	CFI FRI RAPE A L'ECHELOTE
	AIGUILLETTES DE POULET (VVF) A LA DJONNAISE	EMINCE DE VEAU (VBF) A LA MILANAISE	FILET DE HOKI A L'ESTRAGON	PAVE DE JAMBON* (VPF)	DOS DE COLIN AU CURCUMA
	MINI-FARFALLES	RIZ BIO CREME ET CHAMIGNONS	ECRASE DE POMMES DE TERRE	LENTILLONS BIO (locaux)	SEMOULE BIO
	HARICOTS PANACHES AIL ET PERSIL	BROCOLIS	ENDIVES BRAISEES	CAROTTES AU JUS	LEGUMES COUSCOUS
	SAMOS	FROMAGE BLANC NATURE	GOUDA (à portionner)	CAMEMBERT BIO (à portionner)	BRIE (à portionner)
FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMMES BIO	COMPOTE POMMES BIO - PETITS BEURRE	BANANE BIO	COMPOTE POMMES BIO - CITRON BIO	

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher de la cuisine.

*plats faisant l'objet d'un remplacement pour les repas sans porc (SP)