

# MENUS DU MOIS DE JANVIER 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
5	Betterave rouge à la vinaigrette Raviolis farcis aux légumes Emmental râpé Gouda Yaourt aux fruits	6 Velouté de poireaux/pomme de terre Omelette Curry de lentilles et aubergines aux épices Riz Ananas au sirop	7 Bouchée tomate/mozzarella Poisson du jour sauce au beurre citronnée Légumes et pomme de terre rôties à l'ail et aux herbes (carottes/courgettes) Rondelet Kiwi	8 Salade piémontaise Sauté d'agneau aux légumes sauce raisins Légumes couscous Semoule Gâteau coco	9 Velouté de chou-fleur Gratin de pâtes aux lardons de volaille et fromage Carottes râpées Salade de fruits
12	Pamplemousse Sauté de dinde sauce à l'ail et fines herbes Tagliatelles Carottes rondelles Brie Poire	13 Soupe aux brocolis Poisson à la basquaise Riz Ratatouille Compote pomme/banane	14 Céleri à la mayonnaise Gâteau de pomme de terre/fromage Salade de tomates Fromage blanc sucré et raisins secs	15 Salade verte et lardons fumés vég/croûtons Escalope de porc sauce moutarde Gnocchis Julienne de légumes Carré frais Yaourt aux fruits	16 Soupe panais/topinambour Hachis parmentier de bœuf Salade verte Gâteau à l'orange
19	Salade de pois chiche au curry/yaourt à la grecque Médaillon de poulet sauce poulette Pâtes tricolores et julienne de légumes Ananas	20 Soupe de lentilles Cordon bleu végé/sauce tomate Duo de purée de céleri et pomme de terre Crème dessert au chocolat	21 Salade de penne/basilic/tomate à la vinaigrette Endives au jambon gratinées à la béchamel Pomme de terre vapeur Gouda Pomme	22 Nems aux légumes Sauté de porc sauce soja Riz cantonais Flan caramel	23 Soupe de légumes Poisson créole sauce cajun Mélange de céréales gourmandes Trio de poivrons Carré frais Kiwi
26	Salade chou-fleur mimosa à la vinaigrette Bœuf au jus Pomme de terre vapeur et carottes/navets/poireaux Crème vanille	27 Velouté de potiron Egrené végé sauce raïta Salade verte/tomate Pain à Kebab Yaourt aromatisé Banane	28 Salade verte/cube de tofu/lardons végé Fricassée de poisson aux olives Riz Poêlée de légumes du soleil Clémentine	29 Betterave râpée à la vinaigrette Pizza fromage sauce tomate Salade verte Gâteau de semoule aux raisins	30 Soupe de panais/carottes Spaghettis sauce bolognaise Emmental compote pomme/abricot