

Semaine 39 - Menu Sainte Sophie



Dusmann

Lundi 21/09

Bouillon de légumes ⁹

Salade verte

Spaghetti sauce napolitaine ^{101 - 9}

Parmesan râpé ⁷

Courgettes sautées

Mardi 22/09

Soupe de poireaux ^{101 - 7}

Salade de tomates ^{10 - 12}

Steak haché de boeuf sauce à l'échalote ⁹



Purée de pommes de terre ⁷

Choux de Bruxelles ⁷

Mercredi 23/09

Menu Asiatique

Soupe asiatique ^{101 - 6 - 9}

Salade de lentilles ^{10 - 12} 

Curry de légumes au lait de coco ⁹

Nouilles chinoises ^{101 - 3 - 11}

Jeudi 24/09

Potage de légumes verts (Chou vert, épinards, haricots verts) ^{7 - 9}

Betteraves rouges ^{10 - 12}

Haut de cuisse de poulet rôti

Blé ¹⁰¹

Romanesco à l'huile d'olive

Vendredi 25/09

Crème de brocolis ⁷

Salade d'endives aux pommes ^{10 - 12}

Filet de plie ⁴

Sauce au citron ^{101 - 4 - 7}

Riz jaune pilaf

Haricots verts ⁷

Alternative végétarienne

Steak de soja sauce à l'échalote ^{101 - 3 - 9}

Purée de pommes de terre ⁷

Choux de Bruxelles ⁷

Blésotto au parmesan (Risotto de blé)

^{101 - 7 - 12}

Romanesco à l'huile d'olive

Quiche aux poireaux ^{101 - 3 - 7}

Riz jaune pilaf

Haricots verts ⁷

Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)

Corbeille de fruits frais

Compote de fruits

Salade de fruits

Corbeille de fruits frais

Fromage blanc aux fruits ⁷

Yaourt aux fruits ⁷

Corbeille de fruits frais

Tartelette au yuzu ^{101 - 3 - 7}

Laitage nature ⁷

Corbeille de fruits frais

Yaourt nature ⁷

Fromage ⁷

Corbeille de fruits frais

Panna cotta abricot ⁷

Laitage nature ⁷



L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Semaine 40 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 28/09

Soupe de tomates ⁷⁻⁹

Salade de maïs ¹⁰⁻¹² 

Kniddelen sauce crème ¹⁰¹⁻³⁻⁷ 

Poêlée de champignons ⁷

Salade verte ¹⁰⁻¹²

Mardi 29/09

Crème de salsifis ⁷

Salade de concombres ¹⁰⁻¹²

Colin meunière et citron ¹⁰¹⁻³⁻⁴⁻⁷

Gratin dauphinois ⁷

Aubergines sautées

Mercredi 30/09

Menu Français

Potage de légumes oranges ⁷⁻⁹

Salade de courgettes râpées

Saucisse aux lentilles et oignons ³⁻⁹

Pommes de terre vapeur 

Carottes

Jeudi 01/10

Soupe de petits pois ⁷⁻⁹

Salade de chou blanc ¹⁰⁻¹²

Escalope de poulet tandoori ⁷⁻¹²

Pâtes ¹⁰¹

Brocolis

Vendredi 02/10

Soupe citron ¹⁰¹⁻⁷

Salade de carottes à l'orange

Chili sin carne au quorn (quorn, haricot ³
rouge, poivron, maïs)

Riz pilaf

Alternative végétarienne

Boulettes de légumes ³

Gratin dauphinois ⁷

Aubergines sautées

Mijoté de lentilles aux oignons ⁷⁻⁹

Pommes de terre vapeur 

Carottes

Oeufs durs sauce béchamel ¹⁰¹⁻³⁻⁷

Pâtes ¹⁰¹

Brocolis

Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)

Corbeille de fruits frais

Compote de fruits

Salade de fruits

Corbeille de fruits frais

Fromage blanc aux fruits ⁷

Yaourt aux fruits ⁷

Corbeille de fruits frais

Eclair vanille ¹⁰¹⁻³⁻⁶⁻⁷

Laitage nature ⁷

Corbeille de fruits frais

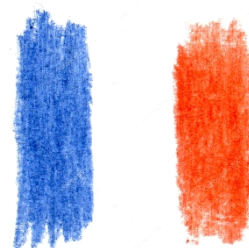
Yaourt nature ⁷

Fromage ⁷

Corbeille de fruits frais

Crème chocolat ⁶⁻⁷

Laitage nature ⁷



L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Semaine 41 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 05/10

Soupe de panais ⁷

Macédoine de légumes ^{3 - 10 - 12}

Pilons de poulet rôtis aux herbes

Pommes de terre grenaille ⁷

Blettes à la crème ⁷

Mardi 06/10

Bouillon de légumes ⁹

Salade de betteraves rouges et feta

^{7 - 10 - 12}

Gnocchis sauce tomate ^{101 - 7 - 9}

Parmesan râpé ⁷

Lollo rouge ^{10 - 12}

Mercredi 07/10

Soupe de poireaux ^{101 - 7}

Salade Coleslaw ^{3 - 7 - 10 - 12}

Boeuf sauté au gingembre ^{101 - 6}

Polenta crémeuse ⁷

Courgettes sautées

Jeudi 08/10

Potage de carottes ^{7 - 9}

Taboulé aux légumes ¹⁰¹

Quiche aux légumes blancs et fromage

^{101 - 3 - 7 - 9}

Coquillettes ¹⁰¹

Petits pois ⁷

Vendredi 09/10

Potage de légumes ⁹

Salade de tomates ^{10 - 12}

Fish stick ^{101 - 4}

Sauce rémoulade maison ^{3 - 10 - 12}

Pommes de terre vapeur

Chou romanesco

Alternative végétarienne

Galettes de lentilles maison ^{104 - 6 - 9}

Pommes de terre grenaille ⁷

Blettes à la crème ⁷

Oeufs brouillés à la tomate ^{3 - 7}

Polenta crémeuse ⁷

Courgettes sautées

Halloumi pané ^{101 - 3 - 7}

Pommes de terre vapeur

Chou romanesco

Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)

Corbeille de fruits frais

Compote de fruits

Salade de fruits

Corbeille de fruits frais

Fromage blanc aux fruits ⁷

Yaourt aux fruits ⁷

Corbeille de fruits frais

Tarte aux quetsches ^{101 - 3 - 7}

Laitage nature ⁷

Corbeille de fruits frais

Yaourt nature ⁷

Fromage ⁷

Corbeille de fruits frais

Flan banane-coco façon crème caramel ^{3 - 7}

Laitage nature ⁷

L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Semaine 42 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 12/10

Soupe de potiron ⁷

Céleri rémoulade ^{3 - 7 - 9 - 10 - 12}

Tortellini ricotta - épinards Sauce napolitaine

^{101 - 3 - 7 - 9}

Parmesan râpé ⁷

Salade verte ^{10 - 12}

Mardi 13/10
Menu Fairtrade

Velouté de navets ⁷

Salade de lentilles ^{10 - 12}

Emincé de bœuf au cacao et chocolat noir

⁷ 

Riz basmati 

Carottes glacées ⁷

Mercredi 14/10

Soupe de légumes ⁹

Salade de haricots verts ^{10 - 12}

Escalope de dinde jurassienne ⁷

Pommes de terre rôties au four ⁷

Epinards ⁷

Jeudi 15/10
Menu asiatique

Soupe asiatique ^{101 - 6 - 9}

Salade de chou blanc et carottes, sauce sésame

^{101 - 6 - 11 - 12}

Crevettes sauce aigre-douce ^{2 - 12}

Nouilles chinoises ^{101 - 3 - 11}

Wok de légumes asiatiques ^{101 - 6}

Vendredi 16/10

Crème de champignons ^{101 - 7}

Salade de chou rouge aux pommes ^{10 - 12}

Sticks de mozzarella panés ^{101 - 7}

Blé ¹⁰¹

Ratatouille

Alternative végétarienne

Dahl de lentilles au lait de coco 

Riz basmati 

Carottes glacées ⁷

Oeufs gratinés aux épinards ^{101 - 3 - 7}

Pommes de terre rôties au four ⁷

Tofu sauce aigre-douce ^{6 - 12}

Nouilles chinoises ^{101 - 3 - 11}

Wok de légumes asiatiques ^{101 - 6}

Pain : 1(blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)

Corbeille de fruits frais

Compote de fruits

Salade de fruits

Corbeille de fruits frais

Fromage blanc aux fruits ⁷

Yaourt aux fruits ⁷

Corbeille de fruits frais

Gâteau à la noix de coco ^{101 - 3} 

Laitage nature ⁷

Corbeille de fruits frais

Yaourt nature ⁷

Fromage ⁷

Corbeille de fruits frais

Mousse mascarpone à la framboise ⁷

Laitage nature ⁷



L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Semaine 43 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 19/10	Mardi 20/10	Mercredi 21/10	Jeudi 22/10	Vendredi 23/10
Soupe aux lentilles ⁹ *** Salade de carottes râpées ^{10 - 12} *** Spaghetti sauce tomate au thon ^{101 - 4 - 7 - 9} *** Parmesan râpé ⁷ *** Haricots beurre ⁷	Crème de salsifis ⁷ *** Betteraves rouges ^{10 - 12} *** Escalope de poulet sauce curry ^{101 - 7} *** Riz basmati *** Butternut rôti	Potage de carottes ^{7 - 9} *** Salade grecque ⁷ *** Pizza Margherita ^{101 - 7} *** Mesclun de salade ^{10 - 12}	Bouillon de légumes ⁹ *** Salade de tomates ^{10 - 12} *** Cordon bleu de porc pané ^{101 - 3 - 7} *** Blé ¹⁰¹ *** Maïs poêlé ^{bio.}	Soupe de tomates ^{7 - 9} *** Salade verte ^{10 - 12} *** Omelette ^{3 - 7} ^{bio.} *** Pommes de terre sautées ⁷ *** Choux de Bruxelles ⁷
Alternative végétarienne				
Spaghetti sauce tomate ^{101 - 9} *** Parmesan râpé ⁷ *** Haricots beurre ⁷	Steak de quorn ³ Sauce curry ^{101 - 7 - 9} *** Riz basmati *** Butternut rôti		Escalope de céleri panée ^{101 - 103 - 3 - 6 - 7 - 9} *** Blé ¹⁰¹ *** Maïs poêlé ^{bio.}	
Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)				
Corbeille de fruits frais *** Compote de fruits *** Salade de fruits	Corbeille de fruits frais *** Fromage blanc aux fruits ⁷ *** Yaourt aux fruits ⁷	Corbeille de fruits frais *** Pasteis del nata ^{101 - 3 - 7} *** Laitage nature ⁷	Corbeille de fruits frais *** Yaourt nature ⁷ *** Fromage ⁷	Corbeille de fruits frais *** Crème chocolat ^{6 - 7} *** Laitage nature ⁷

L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Semaine 44 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 26/10

Soupe de potiron ⁷

Salade d'endives aux pommes ^{10 - 12}

Gnocchi sauce champignons ^{101 - 7 - 12}

Petits pois ⁷

Mardi 27/10

Soupe de légumes ⁹

Salade de tomates ^{10 - 12}

Cheeseburger de boeuf (Buns sésame, steak haché de boeuf, cheddar)

^{101 - 6 - 7 - 11}

Frites

Salade de carottes râpées ^{10 - 12}

Mercredi 28/10

Potage de légumes ⁹

Salade de maïs ^{10 - 12} 

Curry de veau au lait de coco ⁹

Riz basmati

Haricots verts ⁷

Jeudi 29/10

Bouillon de légumes ⁹

Salade de concombres au yaourt ^{7 - 10 - 12}

Gromperekichelcher ^{101 - 3 - 7 - 9 - 12} 

Compote de pommes chaude

Duo de carottes ⁷

Vendredi 30/10
Journée pédagogique

Alternative végétarienne

Burger végétarien (Escalope de légumes)

^{101 - 3 - 6 - 7 - 10 - 11}

Frites

Salade de carottes râpées ^{10 - 12}

Curry de lentilles au lait de coco

Riz basmati

Haricots verts ⁷

Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)

Corbeille de fruits frais

Compote de fruits

Salade de fruits

Corbeille de fruits frais

Fromage blanc aux fruits ⁷

Yaourt aux fruits ⁷

Corbeille de fruits frais

Petit pot glace chocolat ⁷

Laitage nature ⁷

Corbeille de fruits frais

Yaourt nature ⁷

Fromage ⁷

L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Vacances de Toussaint Semaine 45 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 02/11	Mardi 03/11	Mercredi 04/11	Jeudi 05/11	Vendredi 06/11
Tomate - Mozzarella ⁷ Vinaigrette balsamique ^{10 - 12} *** Steak haché de boeuf  Frites  *** Haricots verts à l'échalote ⁷	Lënsenzopp (soupe de lentilles) ⁹ Pizza Margherita ^{101 - 7} Salade de jeunes pousses ^{10 - 12} Vinaigrette au yaourt ^{7 - 10 - 12}	Salade de maïs ^{10 - 12}  Escalope de veau panée ^{101 - 3} Quartiers de citron *** Coquillettes ¹⁰¹ *** Brocolis	Minestrone ^{7 - 9} Filet de saumon et citron ⁴ Riz pilaf *** Duo de carottes ⁷	Salade de carottes râpées ^{10 - 12} Oeufs au plat ^{3 - 7} Gromperekichelcher ^{101 - 3 - 7 - 9 - 12} *** Petits pois ⁷
Alternative végétarienne				
Galette de légumes maison ³ Frites  *** Haricots verts à l'échalote ⁷		Sticks de mozzarella panés ^{101 - 7} Coulis de poivrons ⁹ *** Coquillettes ¹⁰¹ *** Brocolis	Risotto crémeux aux champignons et parmesan ^{7 - 12} Duo de carottes ⁷	
Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)				
Corbeille de fruits frais *** Salade de fruits	Corbeille de fruits frais *** Mousse au chocolat ^{3 - 6 - 7} 	Corbeille de fruits frais *** Cake marbré ^{101 - 3 - 7}	Corbeille de fruits frais *** Fromage blanc sucré ⁷	Corbeille de fruits frais *** Tarte aux quetsches ^{101 - 3 - 7}

L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Semaine 46 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 09/11 Menu Italien	Mardi 10/11	Mercredi 11/11	Jeudi 12/11	Vendredi 13/11
Minestrone 7 - 9 *** Tomate - Mozzarella 7 Vinaigrette huile de basilic & balsamique 12 *** Spaghetti sauce napolitaine 101 - 9 Parmesan râpé 7 *** Carottes	Soupe de petits pois 7 - 9 *** Betteraves rouges aux pommes 10 - 12 Crevettes sauce aigre-douce 2 - 12 Riz basmati *** Wok de légumes asiatiques 101 - 6	Soupe de panais 7 *** Salade de concombres 10 - 12 Escalope de porc marinée 9 - 10 Pommes de terre sautées 7 *** Chou rouge braisé 7	Potage cultivateur (carotte, chou-fleur, poireau, navet) 9 *** Macédoine de légumes 3 - 10 - 12 Emincé de poulet aux oignons 12 Semoule de blé 101 *** Courgettes sautées	Velouté de navets 7 *** Salade grecque 7 Moussaka végétarienne (Pommes de terre et aubergines) 101 - 7
Alternative végétarienne				
	Tofu sauce aigre-douce 6 - 12 *** Riz basmati *** Wok de légumes asiatiques 101 - 6	Omelette 3 - 7 *** Pommes de terre sautées 7 *** Chou rouge braisé 7	Mijoté de lentilles aux oignons 7 - 9 *** Semoule de blé 101 *** Courgettes sautées	
Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)				
Corbeille de fruits frais *** Compote de fruits *** Salade de fruits	Corbeille de fruits frais *** Fromage blanc aux fruits 7 *** Yaourt aux fruits 7	Corbeille de fruits frais *** Cookies aux pépites de chocolat 101 - 3 - 6 - 7 *** Laitage nature 7	Corbeille de fruits frais *** Yaourt nature 7 *** Fromage 7	Corbeille de fruits frais *** Panna cotta aux fruits rouges 7 ***



L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Semaine 47 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 16/11

Crème de salsifis ⁷

Salade marocaine ^{10 - 12}

Fish'n chips ^{101 - 4 - 7}

Frites

Salade verte ^{10 - 12}

Mardi 17/11

Soupe de courge butternut ⁷

Salade de carottes râpées ^{10 - 12}

Blanquette de poulet ^{101 - 7}

Polenta crémeuse ⁷

Panais rôti ⁷

Mercredi 18/11

Bouillon de légumes ⁹

Salade de fenouil ^{10 - 12}

Oeufs brouillés ^{3 - 7}

Blé ¹⁰¹

Epinards à l'échalote

Jeudi 19/11

Potage poireaux - pommes de terre ⁷

Salade de betteraves rouges et mozzarella ^{7 - 10 - 12}

Fusilli ¹⁰¹

Sauce carbonara ^{101 - 7}

Parmesan râpé ⁷

Petits pois ⁷

Vendredi 20/11

Potage de carottes au cumin ⁷

Salade de chou blanc aux pommes ^{10 - 12}

Kebab végétarien de soja et pain pita ^{101 - 6 - 9 - 12}

Potatoes ¹⁰¹

Sauce fromage blanc aux herbes ^{3 - 7 - 10 - 12}

Salade verte, tomate, chou blanc, oignon rouge

Alternative végétarienne

Galettes de lentilles maison ^{104 - 6 - 9}

Frites

Salade verte ^{10 - 12}

Halloumi grillé ⁷

Polenta crémeuse ⁷

Panais rôti ⁷

Fusilli ¹⁰¹

Sauce 4 fromages ⁷

Parmesan râpé ⁷

Petits pois ⁷

Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)

Corbeille de fruits frais

Compote de fruits

Salade de fruits

Corbeille de fruits frais

Fromage blanc aux fruits ⁷

Yaourt aux fruits ⁷

Corbeille de fruits frais

Cake au citron ^{101 - 3 - 7}

Laitage nature ⁷

Corbeille de fruits frais

Yaourt nature ⁷

Fromage ⁷

Corbeille de fruits frais

Crème Spéculoos® ^{101 - 7}

L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes



Semaine 48 - Menu Sainte Sophie



Dussmann

Lundi 23/11	Mardi 24/11	Mercredi 25/11	Jeudi 26/11	Vendredi 27/11
Potage de céleri 7 - 9 *** Salade de betteraves rouges et maïs 10 - 12 *** Pilets de poulet rôtis aux herbes *** Purée de pommes de terre et butternut 7	Crème de champignons 101 - 7 *** Céleri rémoulade 3 - 7 - 9 - 10 - 12 *** Ragoût de boeuf 101 - 103 *** Spaetzle 101 - 105 - 3 - 7 *** Carottes	Soupe de légumes 9 *** Salade de lentilles 10 - 12 bio. *** Filet de merlu meunière et citron 101 - 3 - 4 - 7 *** Quinoa *** Poireaux à la crème 7	Potage de légumes verts (Chou vert, épinards, haricots verts) 7 - 9 *** Salade d'endives aux pommes 10 - 12 *** Lasagne ricotta - épinards 101 - 7 - 9 *** Salade verte 10 - 12	Soupe de tomates 7 - 9 *** Salade Coleslaw 3 - 7 - 10 - 12 *** Risotto crémeux au parmesan 7 - 12 *** Petits pois 7
Alternative végétarienne				
Gratin de pâtes aux légumes 101 - 7 ***	Ragoût de tofu à l'ancienne 6 - 9 *** Spaetzle 101 - 105 - 3 - 7 *** Carottes	Galette de quinoa aux légumes et fromage frais 101 - 3 - 7 - 9 *** Poireaux à la crème 7		
Pain : 1 (blé-avoine-orge-seigle-épeautre) / 11 (selon le type de pain)				
Corbeille de fruits frais *** Compote de fruits *** Salade de fruits	Corbeille de fruits frais *** Fromage blanc aux fruits 7 *** Yaourt aux fruits 7	Corbeille de fruits frais *** Eclair au chocolat 101 - 3 - 6 - 7 *** Laitage nature 7	Corbeille de fruits frais *** Yaourt nature 7 *** Fromage 7	Corbeille de fruits frais *** Mousse mascarpone à la framboise 7 ***

L'information donnée sur les allergènes tient compte des données récoltées pour chaque ingrédient constituant nos recettes. En revanche, nous ne pouvons garantir l'absence totale de traces d'allergènes

