

Du 2 au 5 Septembre

Mardi 2 Sept.

Pastèque fraîche
Crousti de poisson au ketchup
Printanière de légumes
Flan chocolat gélifié

Jeudi 4 sept.

Macedoine de légumes
Couscous de bœuf merguez
Yaourt nature sucré

Vendredi 5 sept.

Pâté de volaille
Pimentade de daurade
Riz, haricots rouges
Floup au lait de coco

Du 8 au 12 Septembre

Lundi 8 Sept.

Tomates vinaigrette
Colombo de volaille
Riz créole
Flan vanille

Mardi 9 Sept.

Salade verte fromage râpé
Saucisse de Francfort
Lentilles à la créole
Orange fraîche

Jeudi 11 Sept.

Tarte aux 3 fromages
Moussaka/riz
Ananas frais

Vendredi 12 Sept.

Concombre vinaigrette
Morue antillaise
Poyo
Crêpe au chocolat

Du 22 au 26 Septembre

Lundi 22 Sept.

Tomates vinaigrette
Bolognaise de bœuf
Spaghetti au fromage
Orange fraîche

Mardi 23 Sept.

Choux blancs en salade
Cordon bleu ketchup
Petits pois à l'ancienne
Pomme

Jeudi 25 Sept.

Concombre à la vinaigrette
Saute d'agneau au jus
Carottes et pommes de terre
Yaourt Velouté goyave

Vendredi 26 Sept.

Salade verte au fromage râpé
Paëlla de poisson
Beignet au chocolat

Du 6 au 10 Octobre

Lundi 6 Oct.

Betterave vinaigrette
Daube de bœuf à l'ancienne
Coquillettes au fromage
Pomme Golden

Mardi 7 Oct.

Pastèque fraîche
Crousti de poisson au ketchup
Printanière de légumes
Flan chocolat gélifié

Jeudi 9 Oct.

Macedoine de légumes
Couscous de bœuf merguez
Yaourt nature sucré

Vendredi 10 Oct.

Pâté de volaille
Pimentade de daurade
Riz/haricots rouges

Du 15 au 19 Septembre

Lundi 15 Sept.

Carottes râpées vinaigrette
Poulet rôti dans son jus
Haricots verts/pommes de terre sauce chef
Yaourt aromatisé vanille

Mardi 16 Sept.

Melon nature
Hachis parmentier maison
Cookies choco nougatine

Jeudi 18 Sept.

Salade verte au fromage râpé
Ragoût de porc
Riz créole
Compote de pomme

Vendredi 19 Sept.

Saucisson sec
Poissonnette au ketchup
Carottes béchamel
Madeleine

Du 29 sept. au 03 Oct.

Lundi 29 Sept.

Melon nature
Rôti de porc au jus
Courgette béchamel
Yaourt à la mangue

Mardi 30 Sept.

Carottes râpées vinaigrette
Chili con carne traditionnelle
Flan vanille

Jeudi 02 Oct.

Tomates vinaigrette
Hamburger de veau au jus
Coquillettes au fromage
Génoise au chocolat

Vendredi 03 Oct.

Salade de papaye verte
Morue, pommes de terre béchamel
Compote de pomme

Du 13 au 17 Octobre

Lundi 13 Oct.

Tomates vinaigrette
Colombo de volaille
Riz créole
Flan vanille

Mardi 14 Oct.

Salade verte au fromage râpé
Saucisse de Francfort
Lentilles à la créole
Orange fraîche

Jeudi 16 Oct.

Tarte aux 3 fromages
Moussaka/riz
Ananas frais

Vendredi 17 Oct.

Concombre vinaigrette
Morue antillaise
Poyo

recette

Colombo



35 g de Cumin
3 Gousses d'ail
hâchées
2 Piments bondaman
jack frais rouges
épépinés et émincés

es entières.
e les 5 épices en une poudre
iment.
t laissez reposer au moins
en mariez les aromes.