

***Menu de la Garderie Harmonie***

 ***Semaine 1***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| ***Collation du matin*** | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec dulait | Fruits frais en fonction de la saison avec dulait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait |
| ***Repas de midi*** | **Soupe aux légumes et poulet**(Carottes, quinoa, tomates, crème 10%, courgettes, oignons, persil, pommes de terre, poulet, haricots, orge et poivrons) accompagnées de pain**En dessert :**Des biscuits et du lait | **Boulettes de bœuf** **hachées à la sauce tomate accompagnées d'une purée de pommes de terre**, (Bœuf haché, oignons, tomates, ail et pommes de terre) accompagnées de painSalade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel)**En dessert** : Du yogourt | **Pâtes sauce Alfredo**(Pâtes, petits pois, poitrine de poulet et crème de cuisson 10%)accompagnées de painSalade (feuilles de salade, tomate, concombre, jus de citron, sel, huile d`olives)**En dessert :** Jello et du lait | **Pâté chinois gratiné**(Purée de pommes de terre, bœuf, oignons, maïs en grains et fromage cheddar râpé)accompagnées de painSalade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel)**En dessert :** Du yogourt | **Crème de brocoli**(Brocolis, céleris, poulet, crème 10%, aneth et pommes de terre)accompagnées de pain**En dessert :** Biscuit au chocolat et du lait |
| ***Collation de l'après midi*** | **Croissant et du lait** | **Crudités et fromage** | **Muffins aux bluets et du lait** | **Des céréales au lait** | **Tranches de pain au Philadelphia, crudités** |
| ***Collation de soir*** | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison |



***Menu de la Garderie Harmonie***

 ***Semaine 2***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| ***Collation du matin*** | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait |
| ***Repas de midi*** | **Soupe Minestrone** (oignons, ail, haricots, poulet, orge, céleris, courgettes, carottes, tomates, poivron, pâtes, persil et origan) accompagnée du pain**En dessert :** Pouding et du lait | **Couscous aux légumes et poulet**(Oignons, tomates, poulet, petits pois, poivron rouge et vert, courgettes et ail)Salade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel) **En dessert :** Biscuits à thé et du lait | **Soupe aux lentilles**(Oignons, ail, carottes, cumin, gingembre)Accompagnées de pain**En dessert :** Salade de fruits et du lait | **Pâtes à la sauce bolognaise**(Bœuf haché, oignons, ail, tomates, carottes, poivrons, champignons, crème sure, pates et basilic) Salade (feuilles de salade, tomate, concombre, jus de citron, sel, huile d`olives) **En dessert :** Jello et du lait | **Sandwichs garnis de salade de thon**(Salade verte, thon et pain blanc)Salade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel) **En dessert :** Yogourt et du lait |
| ***Collation de l'aprés midi*** | **Yogourt et du lait** | **Gâteau aux fraises et du lait** | **Cubes de fromages et crudités** | **Gâteau aux abricots et du lait** | **Gruau et du lait** |
| ***Collation de soir*** | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison |



***Menu de la Garderie Harmonie***

 ***Semaine 3***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| ***Collation du matin*** | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait |
| ***Repas de midi*** | **Soupe aux légumes** (carottes, quinoa, tomates, courgettes, oignons, persil, haricots et poivrons, pommes de terre,) accompagnées de pain**En dessert :** Du yogourt | **Soupe aux pois**(Oignon, pois verts cassés, céleri, carottes, feuilles de laurier, sel, poivre, lait)En dessert : salade de fruits et du lait | **Couscous aux légumes et poulet**(Oignon, poulet, patates douces, courgettes, pois chiches, ail haché, poivrons, beurre, couscous, sauce aux tomates)Salade (feuilles de salade, tomate, concombre, jus de citron, sel, huile d`olives) **En dessert :** Jello et du lait | **Riz au poulet**(Poivrons verts, poivrons rouges, oignons, ail, carottes, riz et poulet)accompagnées de painSalade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel)**En dessert :** Biscuits à thé et du lait | **Soupe aux lentilles**(Oignons, ail, carottes, cumin, gingembre)Accompagnées de pain**En dessert :** Pouding et du lait |
| ***Collation de l'aprés midi*** | **Croissant et du lait** | **Muffins aux bananes et du lait** | **Crisp aux pommes** | **Gruau et du lait** | **Fromage et crudités** |
| ***Collation de soir*** | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison |



***Menu de la Garderie Harmonie***

 ***Semaine 4***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| ***Collation du matin*** | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait |
| ***Repas de midi*** | **Ragoût de poulet** (Poulet, oignons, pommes de terre, poivrons rouges, champignons, ail, tomates, sel, poivre, carottes et riz) accompagnées de pain**En dessert :** pouding et du lait | **Boulettes de bœuf hachées à la sauce tomate accompagnées d'une purée de pommes de terre** (Bœuf haché, oignons, tomates, ail et pommes de terre) accompagnées de painSalade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel) **En dessert :** salade de fruits et du lait | **Pâtes sauce Alfredo**(Pâtes, petits pois, poitrine de poulet et crème de cuisson 10%)Salade (feuilles de salade, tomate, concombre, jus de citron, sel, huile d`olives)**En dessert :**Yogourt et du lait | **Crème de brocoli**(Brocolis, céleris, poulet, crème 10%, aneth et pommes de terre)accompagnées de pain**En dessert :** Jello et du lait | **Sandwichs garnis de salade de thon**(Salade verte, thon et pain blanc)Salade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel)**En dessert :** Gâteau aux fraises et du lait |
| ***Collation de l'aprés midi*** | **Tranches de pain au Philadelphia et crudités** | **Gruau et du lait** | **Biscuits à l`avoine et raisins avec du lait** | **Gâteau aux fraises et du lait** | **Céréales et du lait** |
| ***Collation de soir*** | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison |



***Menu de la Garderie Harmonie***

 ***Semaine 5***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| ***Collation du matin*** | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait |
| ***Repas de midi*** | **Soupe Minestrone** (Oignons, ail, haricots, poulet, orge, céleris, courgettes, pâtes, persil et origan) accompagnées de pain**En dessert :** Yogourt et du lait | **Poissons aux légumes accompagnés de riz blancs** (saumon, riz, oignons, carottes, poivrons, céleris et choux fleurs)accompagnées de painSalade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel) **En dessert :** compote de fruits et du lait | **Pâtes avec sauce à la viande**(Spaghettis, bœuf haché, carottes, oignons, tomates et ail)Salade (feuilles de salade, tomate, concombre, jus de citron, sel, huile d`olives)**En dessert :** Biscuits à thé avec du lait | **Crème de légumes**(Oignons, cèleri, lait, crème de cuisson, bouillon de poulet, sel, poivre, persil, basilic, brocoli, carottes, mais, haricots verts,)Accompagnées de pain**En dessert :** pouding et du lait | **Casserole de bœuf et riz**(Riz, bœuf haché, oignons, poivrons vert, céleri, purée de tomates)Petit pain**En dessert :** Compote de fruits et du lait |
| ***Collation de l'aprés midi*** | **Tranches de pain au Philadelphia et crudités** | **Céréales et du lait** | **Pain aux bananes et du lait** | **Cubes de fromage et crudités** | **Crisp aux cerises et du lait** |
| ***Collation de soir*** | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison |

***Menu de la Garderie Harmonie***

 ***Semaine 6***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| ***Collation du matin*** | Fruits frais en fonction de la saison avec un du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec un du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait |
| ***Repas de midi*** | **Crème de brocoli**(Brocolis, céleris, poulet, crème 10%, aneth et pommes de terre)accompagnées de pain**En dessert :** céréales et du lait | **Lasagnes gratinées**(bœufs haché, oignons, ail, tomates,basilic, fromageMozzarella râpé carottes, lasagnes cuits)Salade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel)**En dessert :** Jello et du lait | **Couscous aux légumes et poulet** (oignon, poulet, patates douces, courgettes, pois chiches, ail haché, poivrons, beurre, couscous, sauce aux tomates)**En dessert :** salade de fruits et du lait | **Pâtes à la sauce bolognaise et fromage tofu** (bœuf haché, oignons, ail, pates, tomates, carottes, champignons, crème sure, poivrons, fromage tofu et basilic) Salade (feuilles de salade, tomate, concombre, jus de citron, sel, huile d`olives) **En dessert :** Yogourt et du lait | **Sandwich à la salade de thon**(thon émietté, mayonnaise, céleri haché, carottes râpées)accompagnées de painSalade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel)**En dessert :** Crudités et fromage |
| ***Collation de l'aprés midi*** | **Barres de citron glacées et du lait** | **Croissants et du lait** | **Tranches de pain au Philadelphia et crudités** | **Muffins aux bananes et du lait** | **Brownies et du lait** |
|  |  |  |  |  |  |
| ***Collation de soir*** | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison |
|  |  |  |  |  |  |

***Menu de la Garderie Harmonie***

 ***Semaine 7***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| ***Collation du matin*** | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait | Fruits frais en fonction de la saison avec du lait |
| ***Repas de midi*** | **Soupe Minestrone** (Oignons, ail, haricots, poulet, orge, céleris, courgettes, persil et origan, pâtes.) accompagnées du pain**En dessert :** Salade de fruits et du lait | **Boulettes de bœuf hachées à la sauce tomate accompagnées d'une purée de pommes de terre** (Bœuf haché, oignons, tomates, ail et pommes de terre) accompagnées de painSalade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d`olives sel) **En dessert :** Jello et du lait | **Poissons aux légumes accompagnés de riz blancs**(Saumon, riz, oignons, carottes, poivrons, céleris et chou-fleur)Accompagnées de painSalade (feuilles de salade, tomate, concombre, jus de citron, sel, huile d`olives)**En dessert :** Muffins et du lait | **Couscous aux légumes et poulet**(Oignon, poulet, patates douces, courgettes, pois chiches, ail haché, beurre, poivrons, couscous, sauce aux tomates)**En dessert :** Yogourt et du lait | **Pâtes à la sauce bolognaise et fromage tofu** (bœuf haché, oignons, ail, pates, tomates, carottes, champignons, crème sure, poivrons, fromage tofu et basilic) Salade (feuilles de salade, tomate, concombre, jus de citron, sel, huile d`olives)**En dessert :** Jello et du lait |
| ***Collation de l'aprés midi*** | **Croissantes avec du lait** | **Gruau et du lait** | **Crudités et fromage** | **Gâteau aux pêches et du lait** | **Biscuit (varié) et du lait** |
| ***Collation de soir*** | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison | Fruits frais en fonction de la saison |