

Chaque panier repas se compose de :

- Baguette
- Une entrée
- **Plat principal (2 options)**
- Un dessert

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Semaine du 03-06</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>		<p>Salade César</p> <p>Steak minute, purée de pommes de terre, petits haricots verts</p> <p>Ou</p> <p>Poisson aigre douce, riz cantonnais</p> <p>Tarte aux pommes</p>	<p>Soupe miso</p> <p>poulet cordon bleu, frites maison, légumes sautés</p> <p>Ou</p> <p>Boeuf Yakiniku, riz, salade</p> <p>Raisins</p>	<p>Salade tomates cerises basilic</p> <p>Lasagne au boeuf, salade de vert</p> <p>Ou</p> <p><b>Vegan yaki udon</b></p> <p>Glace</p>	<p>salade mexicaine</p> <p>Quesadilla au poulet, salsa et maïs</p> <p>Ou</p> <p>Poulet Hainan, riz hainan, concombre</p> <p>fraise fraîche</p>
<p>Semaine du 09-13</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>soupe à la crème de potiron</p> <p>saucisses grillées, riz aux légumes, légumes sautés</p> <p>Ou</p> <p>karaage de poisson, riz et salade</p> <p>biscuits et lait</p>	<p>Salade niçoise</p> <p>poisson grillé beurre citronné, pdt vapeur, petits haricots verts</p> <p>Ou</p> <p>ragoût de bœuf chinois, riz</p> <p>Banane</p>	<p><b>pain à l'ail au parmesan</b></p> <p><b>pâtes à la crème sc, salade verte</b></p> <p>Ou</p> <p><b>riz sauté cantonnais, acar, œuf</b></p> <p><b>Muffin au chocolat</b></p>	<p>Feuilleté au fromage</p> <p>Poisson pané, frites maison, légumes sautés</p> <p>Ou</p> <p>poulet kung pao, riz &amp; veggies</p> <p>yaourt au miel</p>	<p>Salade composée</p> <p>tomates farcies, pommes de terre rissolées, salade verte</p> <p>Ou</p> <p>bœuf soto betawi, riz</p> <p>Salade de fruits</p>
<p>Semaine du 17-20</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>		<p>Carottes râpées et jicama</p> <p>burger bœuf &amp; fromage, frites, salade</p> <p>Ou</p> <p>poisson grillé sauce kabayaki, riz et légumes</p> <p>Ananas rôti</p>	<p>Tzatziki</p> <p>papillote de poisson, riz aux légumes</p> <p>Ou</p> <p>nouilles sautées, œuf et acar</p> <p>gâteau au citron</p>	<p>Nems aux légumes</p> <p>Hachis parmentier, salade verte</p> <p>Ou</p> <p>poulet katsu, riz et salade</p> <p>mandarine</p>	<p>foccacia</p> <p><b>gnocci au four, salade,</b></p> <p>Ou</p> <p>Sushi</p> <p>banane Foster</p>
<p>Semaine du 23-27</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>Bâtonnets de légumes avec houmous</p> <p>tajine de bœuf, couscous</p> <p>Ou</p> <p>Poulet grillé indonésien, riz liwet, legumes</p> <p>tranches de fruits mélangés</p>	<p>Velouté de légumes, croûton</p> <p>Carbonara de boeuf, salade verte</p> <p>Ou</p> <p>poisson Katsu, riz frit thaï et concombre</p> <p>Tiramisu fraise</p>	<p>samosa aux légumes</p> <p><b>Quiche épinard, salade verte</b></p> <p>Ou</p> <p>Sapo de Tofu</p> <p>mangue fruit</p>	<p>Salade Waldorf</p> <p>brochette de poisson &amp; légumes, riz au beurre</p> <p>Or</p> <p>bœuf braisé à l'orientale, capcay, riz</p> <p>gâteau à la banane</p>	<p>shepherd salad,</p> <p>chicken kebab wrap, green salad</p> <p>Ou</p> <p>Soto mie with shredded chicken and boiled eggs</p> <p>wingko babat</p>

Chaque panier repas se compose de :

- Baguette
- Une entrée
- **Plat principal (2 options)**
- Un dessert

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Semaine du 31 sept au 04 oct</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>salade grecque</p> <p>filet de poulet à l'estragon, pommes de terre sautées, mélange de légumes, Ou bœuf teriyaki, riz, salade</p> <p>brownies cup</p>	<p>bruschetta aux tomate</p> <p>croque monsieur, salade verte Ou poisson grillé oriental, riz, légumes</p> <p>mangue fraîche</p>	<p>Grissini</p> <p>spaghetti aux tomates ou pesto sc, salade Ou sapo tofu &amp; légumes, riz vapeur</p> <p>fraise aux feuilles de menthe</p>	<p>Gaspacho de courgette</p> <p>poulet rôti, gratin de pdt, petits haricots verts Ou satay d'agneau, riz frit, acar</p> <p>Raisins</p>	<p>salade de maïs</p> <p>bœuf stroganoff Ou poulet tikka masala. Riz Biryani</p> <p>crêpe au chocolat sc</p>
<p>Semaine du 07-11</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>salade de pommes et concombres</p> <p>Dahl de lentille, riz basmati Ou saucisse aigre-douce, riz frit</p> <p>Glace avec coulis de chocolat</p>	<p>Rouleau de printemps papillote de poisson, saute potatoes, roasted tomat Ou chicken katsu, rice and salad Tranche d'orange</p>	<p>Salade tomates cerises</p> <p>poulet chasseur, purée de pdt, Ou sauté de bœuf kwetiau, légumes frais</p> <p>madeleine, lait</p>	<p>Tortilla et salsa</p> <p>carne guisada, riz mexicain Ou poisson aigre-doux, riz, pakcoy</p> <p>Pastèque</p>	<p>soupe à l'oignon avec croûton</p> <p>quiche lorraine, salade verte Ou poulet nouilles pangsit &amp; boulette de viande</p> <p>éclair</p>
<p>Semaine du 14-18</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>salade de chou</p> <p>hot dog au bœuf, frites et légumes Ou poulet hainan, riz hainan &amp; concombre</p> <p>Raisins</p>	<p>feuilleté d'épinards</p> <p>pdt rôties au gigot d'agneau, légumes, salade verte Ou riz frit oriental, œuf, légumes</p> <p>Compote de pommes</p>	<p>salade composée</p> <p>Taco vegetarian (Haricot rouge) Ou poulet croustillant au sésame, riz, légumes sautés</p> <p>Crème vanille</p>	<p>salade de concombre et menthe</p> <p>poulet pané, ratatouille Ou semur de bœuf, riz uduk (lait de coco), légumes</p> <p>yaourt aux fraises</p>	<p>carotte râpée aux raisins secs</p> <p>Boulette de viande à la crème sc, polenta Ou curry de poisson et légumes, pain pita</p> <p>Brochette de fruits trempée dans le chocolat</p>
<p>Semaine du 21-23</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>salade de edamame et tomates</p> <p>poisson meunière, pommes de terre et légumes Ou boeuf kalio, riz et légumes</p> <p>muffin banane et choco</p>	<p>Bruschetta au thon</p> <p>pâtes au poulet crémeux, salade verte Ou riz frit cantonnais, oeuf, légumes</p> <p>ananas sucré</p>	<p>salade aux oeufs russe</p> <p>moussaka de bœuf Ou salade, poisson pané, riz, légumes sautés</p> <p>tarte aux fruits</p>		