

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du WESTERN ou ORIENTAL					
Semaine du 10-14 WESTERN ou ORIENTAL	Salade Cobb (plat américain composé de laitue garnie de bacon au bœuf, poulet, œufs durs, tomates) Poulet rôti, purée de pommes de terre et patates douces, légumes sautés Ou Ramen au bœuf œuf et légumes Banane fraîche	Tomate cerise et basilic Bâtonnets de poisson, frites, carottes vichy et salade Ou Beef Empal Serundeng, Rice uduk, Fresh vegetables Muffin banane-chocolat	Feuilleté aux épinards Goulash de bœuf aux tagliatelles, au Poisson vapeur japonais, riz Et Yasai Itame Compote de pommes	Salade niçoise (tomates, œufs durs, olives, assaisonnée d'huile d'olive) Tajine de légumes et couscous ou riz sauté javanais, omelette, légumes frais yaourt aux fraises	Salade composée italienne (laitue, tomates, oignon rouge, olives et croûtons) Polenta grillée, boulette de viande marocaine, salade Verte Ou sushi, onigiri & salade verte Raisins
Semaine du 17-21 WESTERN ou ORIENTAL	Salade grecque (concombres, tomates, poivron vert, oignon rouge, olives et fromage feta) Stifado de bœuf Pommes de terre au four Ou Poulet grillé indien riz basmati, tomate Poire	pan con tomate Poulet piccata spaghetti, salade verte ou Riz frit cantonais, poulet Satay, Achar salade de fruits	soupe miso hachis parmentier, laitue mélangée ou poisson Kaarage, riz et salade muffin	Salade d'edamames, tomates et concombres papillote de poisson brocoli et pommes de terre vapeur ou bœuf et légumes avec sc d'huîtres, nouilles Pastèque	maïs et beurre quesadilla végétarienne (Bean, cheese & vegetables), salade verte ou boeuf soto bêtawi éclair
Semaine du 24-28 WESTERN ou ORIENTAL	Tortilla et salsa Riz mexicain, Arroz con pollo ou Bœuf Nikujaga Carottes et pommes de terre à la vapeur Ananas frais	Carotte râpée et jicama Lasagne au bœuf, Laitue mélangée ou Udon aux œufs et légumes Tiramisu	Pain à l'ail et au parmesan Navarin d'agneau pommes de terre ou Poisson rôti asiatique riz et chou-fleur Sunkish	Velouté de légumes Brandade de thon, salade verte Ou katsu au poulet Riz et salade Fraise fraîche	Rouleau de printemps Galette de poulet grillée, Hash brown Pdt, légumes ou Lamb kebab skewer Pita bread, yogurt sc sorbet aux fruits rouges

Chaque panier repas se compose de :

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Semaine du 01-04</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>			<p>Salade César</p> <p>Rôti de bœuf, jardinière de légumineuses ou Galette de poisson Nouilles frites thaïlandaises, concombre</p> <p>Coupe de brownies</p>	<p>Bruschetta aux tomates</p> <p>Tacos aux haricots et au fromage</p> <p>Ou</p> <p>Poulet Tso, riz et salade</p> <p>Tangerine</p>	<p>Tzatziki et légumes frais</p> <p>Saucisse de bœuf grillée, pommes de terre et brocoli Ou Wrap au kebab au poulet et au fromage</p> <p>Raisins</p>
<p>Semaine du 07-11</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>salade de concombre</p> <p>Moussaka au bœuf, Salade verte ou poisson teriyaki, riz légume sauté</p> <p>Tarte aux pommes</p>	<p>Taboulé</p> <p>méditerranéen Ragoût de bœuf et de carottes ou Poulet frit coréen au beurre de miel, riz et Capcay</p> <p>pastèque</p>	<p>mini brochette fromage, tomates et olive</p> <p>poulet braisé aux champignons et lentilles, petits haricots verts Ou</p> <p>ramen aux œufs et légumes</p> <p>sorbet fraise</p>	<p>Carottes râpées et cumin</p> <p>Bâtonnets de poisson au four avec sauce tartare, gratin de chou-fleur et brocoli, Ou boeuf et légumes aux huîtres, nouilles</p> <p>Pisscock</p>	<p>Salade italienne (romaine, croûtons, tomates, olives noires, parmesan)</p> <p>meat lover Pizza, salade verte ou Poulet Nouilles Laksa</p> <p>kelengkeng</p>
<p>Semaine du 14-18</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>Trempeur de légumes au houmous</p> <p>Pâtes au poulet crémeux sc, salade verte ou Riz frit au curry d'agneau</p> <p>Crêpe</p>	<p>Salade de pommes vertes</p> <p>filet de boeuf à l'ail et aux herbes, Pdt, citrouille et brocoli au four ou Pho au bœuf</p> <p>Melon miel</p>	<p>Bruschetta au thon</p> <p>Poisson meunière, riz pilaf, Poêle aux tomates Ou Poulet katsu, riz et salade</p> <p>Yaourt</p>	<p>Salade mexicaine (laitue romaine, tomates cerises, haricots, maïs, avocat)</p> <p>Légumes, chili con carne aux haricots, tortilla Ou Curry de légumes, pois chiches et œufs, naan</p> <p>Donut</p>	
<p>Semaine du 21-25</p> <p>WESTERN ou ORIENTAL</p>	<p>Asinan Bogor (non épicé)</p> <p>Mie Aceh, poulet Satay, Achar Ou Rendang de bœuf, haricots sautés et putren (jeune maïs), riz ou Dadar Gulung (crêpe pandan à la noix de coco râpée sucrée)</p>	<p>Salade de chou rouge et carottes</p> <p>Hot dog, frites, salade composée Or poulet teppanyaki, riz japonais, salade</p> <p>Biscuits et lait</p>	<p>Croquette de brocoli et fromage</p> <p>Blanquette de boeuf Pommes de terre Ou Fu Yung Hai aux petits pois, capcay et riz</p> <p>Raisins</p>	<p>soupe à l'oignon avec du pain à l'ail</p> <p>Poulet sauce moutarde, pommes de terre rôties et patates douces, ou sauté de nouilles au bœuf</p> <p>Far breton aux pruneaux</p>	<p>Salade de berger turc (tomates, concombres, arugula, poivrons et oignons rouges)</p> <p>panini boeuf & fromage, salade verte or Poulet Katsu Ramen</p> <p>glace à la vanille avec sauce aux fruits rouges</p>