

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Petit déjeuner</b>	1 boisson saveur cappuccino Nutripôle  2 biscottes Nutripôle avec une noisette de beurre	1 café sans sucre  2 tranches de pain céréales Nutripôle avec 2 carrés frais 0%	1 thé sans sucre  Pancake Nutripôle avec une tranche de jambon et/ou 1 œuf	1 thé sans sucre  1 paquet de petit beurre Nutripôle	1 boisson saveur cappuccino Nutripôle  2 tranches de pain céréales Nutripôle avec un noisette de beurre  2 kiwis	1 café sans sucre  1 granola cannelle Nutripôle  1 yaourt nature	1 thé sans sucre  2 tranches de pain céréales Nutripôle avec une noisette de beurre
<b>Déjeuner</b>	Salade de concombres à la menthe  Wok de poulet et légumes*  1 poire  2 tranches de pain aux céréales Nutripôle	Salade croquante au fenouil*  Colin aux courgettes*  1 dessert saveur Chocolat Nutripôle	1 velouté de légumes Nutripôle  Taboulé de chou-fleur*  2 tranches de jambon  1 pomme au four	1 steak haché 5% MG  Tian de tomates-courgettes*  1 sachet de pâtes Sedani Nutripôle	Poulet basquaise*  Purée de céleri-rave  1 dessert saveur praliné noisettes Nutripôle	Confit de lapinaux échalotes*  Endives braisées aux zestes d'agrumes*  1 entremet façon citron meringué Nutripôle	Jarret de veau aux carottes*  Compote maison de pomme/poire/coing*  1 entremet façon citron meringué Nutripôle
<b>Collation</b>	-	1 gaufrette saveur Vanille Nutripôle	1 barre céréales & figues Nutripôle	1 boisson saveur café frappé Nutripôle	-	1 croissant nature NSO  1 chocolat chaud Nutripôle	1 barre granola choco noisette & graines Nutripôle
<b>Diner</b>	Salade de crabe au pamplemousse*  Omelette aux herbes  Poêlé de haricots verts et tomates cerises*  Flan pâtissier à la Chocolat Nutripôle	Soupe de potimarron*  Papillote de blanc de poulet aux poireaux* Brocolis  1 dessert saveur vanille Nutripôle	Filet de lieu moutarde et fondue de poireaux*  1 Crunch choco blanc façon Toblerone Nutripôle	Mignon de porc paprika et légumes grillés*  Tagliatelles de courgettes*  1 Paquet de tartelettes chocolat Nutripôle 2 petits suisses nature	1 paquet de biscuits salés tomates & origan Nutripôle  Pintade rôtie aux champignons sauvages*  Haricots verts	Tartare de bar à la vanille*  Wok d'épinards et œuf mollet*  1 soupe tomate basilic Nutripôle	Soupe aux légumes verts*  Blanc de poulet à la crème d'épinards*  Champignons  Mousse au chocolat Nutripôle

\*recette fournis avec le menu

1 fruit par jour ou 1 laitage par jour sous réserve de l'avis votre diététicienne