



MENU MENSUEL

Mois

Octobre

Année

2019

Nous vous prions de nous signaler si votre enfant ne peut manger un des plats prévus.

		Mardi 1	100% Bio Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4
Petit-déjeuner		corn flakes + lait	Mini mankouché + fruits	Tartine labneh + fruits	Gâteau + fruits
Déjeuner		petits pois + riz	Omelette + Salade	poulet à l'hongroise	Pâtes au thon
Goûter		Tartine + fruits	sfouf	biscuits + fruits	tartine + fruits
	Lundi 7	Mardi 8	100% Bio Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11
Petit-déjeuner	Tartine fromage+ fruits	Pancakes + Fruits	Pain au lait +labné+fruits	Tartine Zaatar+ fruits	Gâteau + fruits
Déjeuner	cornes grecs + riz	Riz à l'orientale + laban	Fassolia b zeit + riz	Poulet au four+ pomme de terre	filets de poissons aux petits légumes
Goûter	Biscuits + fruits	veggie Jelly	Cake à la vanille + fruits	custard + fruits	tartine + fruits
	Lundi 14	Mardi 15	100% Bio Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18
Petit-déjeuner	Tartine fromage+fruits	Tartine zaatar + fruits	Pain de mie +confiture+fruits	tartine labneh + fruits	Gâteau + fruits
Déjeuner	moghrabieh + salade	lahme b Ajin + laban	Mdardara + salade	Fatteh de poulet + laban	pâte sauce blanche
Goûter	Biscuits+ fruits	Meghlé + fruits	Sablé + fruits	riz b halib + fruits	tartine + fruits
	Lundi 21	Mardi 22	100% Bio Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25
Petit-déjeuner	Tartine fromage +fruits	Tartine Labneh + fruits	pain de mie au thym + labné + fruits	tartine zaatar + fruits	Gâteau + fruits
Déjeuner	Poulet au riz+ Sauce	pâte aux aubergines	blé concassé + Laban	kafta + pomme de terre	ragout de légumes
Goûter	Biscuits+ fruits	Cake aux bananes+ fruits	chocolate chips cookies +	mhalabié + fruits	tartine+ fruits
	Lundi 28	Mardi 29	100% Bio Mercredi 30	Jeudi 31	
Petit-déjeuner	Tartine fromage +fruits	Tartine zaatar + fruits	Pain au lait +labné+fruits	Gâteau + fruits	
Déjeuner	Mloukhie + riz	Hrissé	Mjadara + Salade	Bourghol bi dfin + Laban	
Goûter	Biscuits+ fruits	Gâteau aux pommes	Layali Loubnan	Tartine + fruits	



www.lapoulerousse.fr



NATURATA

biomass[®]
Organic Products

LA RECOLTE
pour une cuisine plus saine

la boulangère bio

biomass[®]
Organic Products

NATURALIA

