



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
5 Pâté en croute Boulette sauce tomate Quinoa bio Fromage Laitage bio de la ferme	6 Pêche au thon revisité Pilon de poulet Rösti Compote de pommes Fromage Tiramisu spéculoos	7 Crudités Carbonnade de porc aux carottes Blé Fromage Dessert du jour	8 Feuilleté au fromage Pâtes « Primavera » Gruyère *** Fruit	9 Potage du jour Brochette de poisson, Gnocchis Epinards à la crème Fromage Liégeois vanille
12 Toast au chèvre Blanquette de volaille Duo de carottes Riz Fromage Yaourt bio de la ferme	13 Salade de concombre Hachis Parmentier Salade Fromage Eclair	14 Salade haricots verts, œufs durs Chicon au gratin Pommes sautées Dessert du jour	15 Crêpes farcies Chili con carnés Végé Fromage Fruit	16 Toast « foie gras » Dinde farcie Poire aux airelle Galette de pommes de terre Fromage Bûche de Noël
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30



Dessert lacté des lundis, lait bio
Laitalage d'Hélène à Couvreur



Menu poisson
Poisson issu de la pêche durable



Menu végétarien



Circuit court—local—BIO
Matière 1ere d'origine locale



Véronique Fauconnier
Diététicienne Nutritionniste

Retrouvez la liste des allergènes sur notre site : www.lesgourmands-disent.net ou demandez les à nos cuisinières / Menu validé par une Nutritionniste & Diététicienne

« Les Gourmands Disent ... » BOUS Nicolas N° 1 rue Chanoine Crousse à 6760 Virton Belgique



Lundi		Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi			
5	Potage du jour Boulette sauce tomate Quinoa bio  Laitage bio de la ferme 	6	Pêche au thon revisité Pilon de poulet Rösti Compote de pommes Tiramisu spéculoos 	7	8	Feuilleté au fromage Pâtes « Primavera » Gruyère Fruit 	9	Potage du jour Brochette de poisson, Gnocchis Epinards à la crème  Liégeois vanille
12	Potage du jour Blanquette de volaille Duo de carottes Riz Yaourt bio de la ferme 	13	Potage du jour Hachis Parmentier Salade Eclair	14	15	Crêpes farcies Chili con carnés Végé Fruit 	16	Potage du jour Tomates farcies Pâtes Crème vanille
19	Potage du jour Cordon bleu de volaille Petits pois—carottes Laitage de la ferme 	20	Potage du jour Choucroute Purée Saucisse fumé / Knack  Beignet au chocolat—noisettes	21	22	Mini loempia Moussaka de bœuf revisitée courgettes et aubergines Fruit	23	Toast « foie gras » Dinde farcie Poire aux airelle Galette de pommes de terre  Bûche de Noël
26		27	28	29	30			



Dessert lacté des lundis, lait bio
Laitillage d'Hélène à Couvreur



Menu poisson
Poisson issu de la pêche durable



Menu végétarien



Circuit court—local—BIO
Matière 1ere d'origine locale



Retrouvez la liste des allergènes sur notre site : www.lesgourmands-disent.net ou demandez les à nos cuisinières / Menu validé par une Nutritionniste & Diététicienne

« Les Gourmands Disent ... » BOUS Nicolas N° 1 rue Chanoine Crousse à 6760 Virton Belgique



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
5 Potage du jour Boulette sauce tomate Frites Choix de desserts 	6 Pêche au thon revisité Pilon de poulet Rösti Compote de pommes Tiramisu spéculoos 	7	8 Potage du jour Buffet de pâtes Gruyère Choix de desserts	9 Potage du jour Brochette de poisson, Gnocchis Epinards à la crème Choix de desserts 
12 Potage du jour Blanquette de volaille Duo de carottes Riz Choix de desserts	13 Potage du jour Hachis Parmentier Salade Choix de desserts	14	15 Potage du jour Chili con carnés Végé Choix de desserts 	16 Potage du jour Tomates farcies Frites Choix de desserts
19 Potage du jour Cordon bleu de volaille Petits pois—carottes Choix de desserts	20	21	22	23 
26	27	28	29	30



Dessert lacté des lundis, lait bio
Laitalage d'Hélène à Couvreur



Menu poisson
Poisson issu de la pêche durable



Menu végétarien



Circuit court—local—BIO
Matière 1ere d'origine locale



Retrouvez la liste des allergènes sur notre site : www.lesgourmands-disent.net ou demandez les à nos cuisinières / Menu validé par une Nutritionniste & Diététicienne

« Les Gourmands Disent ... » BOUS Nicolas N° 1 rue Chanoine Crousse à 6760 Virton Belgique

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
5	Choix d'entrées Boulette sauce tomate Frites Choix de dessert Soir :	6	Pêche au thon revisité Pilon de poulet Rösti Compote de pommes Tiramisu spéculoos Soir :	7	Choix d'entrées Carbonnade de porc aux carottes Blé Buffet de dessert Soir : Sandwich	8	Choix d'entrées Buffet de pâtes Gruyère Fruit	9	Choix d'entrées Brochette de poisson, Gnocchis Epinards à la crème Liégeois vanille
12	Choix d'entrées Blanquette de volaille Duo de carottes Riz Buffet de desserts Soir :	13	Choix d'entrées Hachis Parmentier Salade Buffet de desserts Soir :	14	Choix d'entrées Chicon au gratin Pommes sautées Buffet de desserts Soir Sandwich	15	Choix d'entrées Chili con carnés Buffet de desserts Soir :	16	Choix d'entrées Tomates farcies Frites Buffet de desserts
19	Choix d'entrées Cordon bleu de volaille Petits pois—carottes Buffet de desserts Soir :	20		21		22		23	
26		27		28		29		30	



Dessert lacté des lundis, lait bio
Laitalage d'Hélène à Couvreur



Menu poisson
Poisson issu de la pêche durable



Menu végétarien



Circuit court—local—BIO
Matière 1ere d'origine locale



Retrouvez la liste des allergènes sur notre site : www.lesgourmands-disent.net ou demandez les à nos cuisinières / Menu validé par une Nutritionniste & Diététicienne

« Les Gourmands Disent ... » BOUS Nicolas N° 1 rue Chanoine Crousse à 6760 Virton Belgique