



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
5 Toast au crabe (1-2-3-4-10) P'tites boulettes (15) Sauce provençale Semoule au jus de tomates (1) Fromage (7) Yaourt nature sucré (7)	6 Salade de betterave (10) Cordon bleu, (1-6-7) Jardinière de légumes Fromage (7) Compote	7	8 Potage du jour (1-7) Lasagne bolognaise (1-7) *** Fruit	9 Fêtons le nouvel an chinois
12 Fromage de tête (1-15) Paëlla (1-3-4-7-12-15) « Terre et mer » Fromage (7) Yaourt aux fruits jaunes (7)	13 Salade de carnaval Beignet de volaille (1-3-7) Purée de carottes (3-7) Fromage (7) Crêpe (1-2-7)	14	15 Tarte au fromage (1-3-7) Baeckeoffe (15) *** Fruit	16 Potage du jour (1-7) Pâtes sauce 4 fromages (1-7) Gruyère (7) Mousse chocolat (6-7)
19 Cake (1-3-7-15) Hachis parmentier (3-7) Salade Fromage (7) Crème vanille (7)	20 Salade de concombres Nuggets (1-9-10) Patatoes Compote de pommes Fromage (7) Eclair vanille chocolat (1-3-6-7)	21	22 Crêpe farcie (1-3-7-15) Rôt de porc (15) Sauce crème champignon (1-7-10) Blé (1) Fromage (7) Fruit	23 Potage du jour (1-7) Vol au vent du pêcheur (1-2-4-7-12) Riz Fromage (7) Flan (7)
26	27	28	29	1

Vacance France

Vacance Belgique

Les allergènes:

1 Gluten / 2 Crustacés / 3 Œufs / 4 Poisson / 5 Arachides / 6 Soja / 7 Lait (lactose) / 8 Fruits à coques / 9 Céleri / 10 Moutarde / 11 Sésame / 12 Sulfites / 13 Lupin / 14 Mollusques / 15 Porc



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

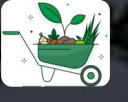


Véronique Fauconnier
Diététicienne Nutritionniste

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 Toast au crabe (1-2-3-4-10) P'tites boulettes (15) Sauce provençale Semoule au jus de tomates (1) Fromage (7) Yaourt nature sucré (7)  	6 Salade de betterave (10) Cordon bleu, (1-6-7) Jardinière de légumes Fromage (7) Compote	7 Crudités Sauté de bœuf aux carottes (1-7-10) Blé (1) Fromage (7) Crumble aux pommes (1-3-7)	8 Potage du jour (1-7) Lasagne bolognaise (1-7) *** Fruit	9 Fêtons le nouvel an chinois 
12 Fromage de tête (1-15) Paëlla (1-3-4-7-12-15) « Terre et mer » Fromage (7) Yaourt aux fruits jaunes (7)  	13 Salade de carnaval Beignet de volaille (1-3-7) Purée de carottes (3-7) Fromage (7) Crêpe (1-2-7) 	14 Chou rouge Paupiette de veau, Sc crème (1-7-10) Aligot (3-7) Salade Fromage (7) Tarte aux fruits (7)	15 Tarte au fromage (1-3-7) Baeckeoffe (15) *** Fruit	16 Potage du jour (1-7) Pâtes sauce 4 fromages (1-7) Gruyère (7) Mousse chocolat (6-7) 
19 Cake (1-3-7-15) Hachis parmentier (3-7) Salade Fromage (7) Crème vanille (7) 	20 Salade de concombres Nuggets (1-9-10) Patatoes Compote de pommes Fromage (7) Eclair vanille chocolat (1-3-6-7)	21 Salade de céleri (3-7-9-10) Steak haché Pâtes (7) Ratatouille Fromage (7) Muffin (1-3-6-7) 	22 Crêpe farcie (1-3-7-15) Rôt de porc (15) Sauce crème champignon (1-7-10) Blé (1) Fromage (7) Fruit	23 Potage du jour (1-7) Vol au vent du pêcheur (1-2-4-7-12) Riz Fromage (7) Flan (7) 
26 Toast mimosa (1-3-10) Tartiflette (1-7-12-15) Salade *** Yaourt (7)	27 Coleslaw salade Pizza (1-7-15) Fromage (7) Crème spéculoos (3-7) 	28 Croque Mr (1-7-15) Poulet rôti, Poêlée de légumes Riz Fromage (7) Brownies (1-3-6-7)	29 Quiche thon tomate (1-3-4-7) Boudin blanc, sauce moutarde (1-7-10-15) Pomme au four (7) Pommes de terre nature (7) Fromage (7) Fruit 	1 Pique-nique

Les allergènes:

1 Gluten / 2 Crustacés / 3 Œufs / 4 Poisson / 5 Arachides / 6 Soja / 7 Lait (lactose) / 8 Fruits à coques / 9 Céleri / 10 Moutarde / 11 Sésame / 12 Sulfites / 13 Lupin / 14 Mollusques / 15 Porc



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 Potage vermicelles (1) P'tites boulettes (15) Sauce provençale Semoule au jus de tomates (1) Yaourt nature sucré (7)	6 Potage tomate et petites boulettes de volaille(1-7) Cordon bleu, (1-6-7) Jardinière de légumes Compote	7	8 Potage printanière (1-7) Lasagne bolognaise (1-7) Fruit	9 Fêtons le nouvel an chinois
12 Velouté brocoli (1-7) Paëlla (1-3-4-7-12-15) « Terre et mer » Yaourt aux fruits jaunes (7)	13	14	15 Tarte au fromage (1-3-7) Baeckeoffe (15) Fruit	16 Potage carotte, navet (1-7) Pâtes sauce 4 fromages (1-7) Gruyère (7) Mousse chocolat (6-7)
19 Velouté Dubarry (1-7) Hachis parmentier (3-7) Salade Crème vanille (7)	20 Crème de potiron (1-7) Nuggets (1-9-10) Patatoes Compote de pommes Eclair vanille chocolat (1-3-6-7)	21	22 Crêpe farcie (1-3-7-15) Rôt de porc (15) Sauce crème champignon (1-7-10) Blé (1) Fruit	23 Potage au 8 légumes (1-7) Vol au vent du pêcheur (1-2-4-7-12) Riz Flan (7)
26	27	28	29	1

Vacance France

Vacance Belgique

Les allergènes:

1 Gluten / 2 Crustacés / 3 Œufs / 4 Poisson / 5 Arachides / 6 Soja / 7 Lait (lactose) / 8 Fruits à coques / 9 Céleri / 10 Moutarde / 11 Sésame / 12 Sulfites / 13 Lupin / 14 Mollusques / 15 Porc



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 Potage vermicelles (1) P'tites boulettes (15) Sauce provençale Semoule au jus de tomates (1) 	6 Potage tomate et Petites boulettes de volaille (1-7) Cordon bleu, (1-6-7) Jardinière de légumes	7	8 Potage printanière (1-7) Lasagne bolognaise (1-7)	9 Fêtons le nouvel an chinois 
12 Potage brocoli (1-7) Paëlla (1-3-4-7-12-15) « Terre et mer » 	13 	14	15 Tarte au fromage (1-3-7) Baeckeoffe (15)	16 Potage carotte, navet (1-7) Pâtes sauce 4 fromages (1-7) Gruyère (7) 
19 Potage Dubarry (1-7) Hachis parmentier (3-7) Salade	20 Crème de potiron (1-7) Nuggets (1-9-10) Patatoes Compote de pommes	21	22 Crêpe farcie (1-3-7-15) Rôt de porc (15) Sauce crème champignon (1-7-10) Blé (1)	23 Potage au 8 légumes (1-7) Vol au vent du pêcheur (1-2-4-7-12) Riz 
26	27	28	29	1

Les allergènes:

1 Gluten / 2 Crustacés / 3 Œufs / 4 Poisson / 5 Arachides / 6 Soja / 7 Lait (lactose) / 8 Fruits à coques / 9 Céleri / 10 Moutarde / 11 Sésame / 12 Sulfites / 13 Lupin / 14 Mollusques / 15 Porc



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



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
5 Potage vermicelles (1) P'tites boulettes (15) Sauce provençale Frites Yaourt nature sucré (7)	6 Potage tomate et Petites boulettes de volaille (1-7) Cordon bleu, (1-6-7) Jardinière de légumes Compote	7	8 Potage printanière (1-7) Lasagne bolognaise (1-7) Fruit	9 Fêtons le nouvel an chinois
12 Velouté brocoli (1-7) Paëlla (1-3-4-7-12-15) « Terre et mer » Yaourt aux fruits jaunes (7)	13	14	15 Tarte au fromage (1-3-7) Baeckeoffe (15) Fruit	16 Potage carotte, navet (1-7) Pâtes sauce 4 fromages (1-7) Gruyère (7) Mousse chocolat (6-7)
19 Potage Dubarry (1-7) Hachis parmentier (3-7) Salade Crème vanille (7)	20 Crème de potiron (1-7) Nuggets (1-9-10) Patatoes Compote de pommes Eclair vanille chocolat (1-3-6-7)	21	22 Crêpe farcie (1-3-7-15) Rôt de porc (15) Sauce crème champignon (1-7-10) Frites Fruit	23 Potage au 8 légumes (1-7) Vol au vent du pêcheur (1-2-4-7-12) Riz Flan (7)
26	27	28	29	1

Vacance France

Vacance Belgique

Les allergènes:

1 Gluten / 2 Crustacés / 3 Œufs / 4 Poisson / 5 Arachides / 6 Soja / 7 Lait (lactose) / 8 Fruits à coques / 9 Céleri / 10 Moutarde / 11 Sésame / 12 Sulfites / 13 Lupin / 14 Mollusques / 15 Porc



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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
5 Potage du jour (1-7) P'tites boulettes (15) Sauce provençale Frites Buffet de desserts 	6 Journée pédagogique	7	8 Potage du jour (1-7) Lasagne bolognaise (1-7) Buffet de desserts	9 Fêtons le nouvel an chinois 
12 Potage du jour (1-7) Paëlla (1-3-4-7-12-15) « Terre et mer » Buffet de desserts 	13 MARDI GRAS	14	15 Potage du jour (1-7) Baeckeoffe (15) Buffet de desserts	16 Potage du jour (1-7) Pâtes sauce 4 fromages (1-7) Gruyère (7) Buffet de desserts 
19 Potage du jour (1-7) Hachis parmentier (3-7) Salade Buffet de desserts	20 Potage du jour (1-7) Nuggets (1-9-10) Patatoes Compote de pommes Buffet de desserts	21	22 Potage du jour (1-7) Rôt de porc (15) Sauce crème champignon (1-7-10) Frites Buffet de desserts	23 Potage du jour (1-7) Vol au vent du pêcheur (1-2-4-7-12) Riz Buffet de desserts 
26	27	28	29	1

Les allergènes:

1 Gluten / 2 Crustacés / 3 Œufs / 4 Poisson / 5 Arachides / 6 Soja / 7 Lait (lactose) / 8 Fruits à coques / 9 Céleri / 10 Moutarde / 11 Sésame / 12 Sulfites / 13 Lupin / 14 Mollusques / 15 Porc



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



Veronique 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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
5 Entrée du jour P'tites Boulettes (15) Sauce provençale Frites  Buffet de desserts	6 Entrée du jour Cordon bleu, (1-6-7) Jardinière de légumes Buffet de desserts	7 Entrée du jour Sauté de bœuf aux carottes (1-7-10) Blé (1) Buffet de desserts	8 Entrée du jour Lasagne bolognaise (1-7) Buffet de desserts	9 Entrée du jour Fêtons le nouvel an chinois 
12 Entrée du jour  Paëlla (1-3-4-7-12-15) « Terre et mer » Buffet de desserts	13 Entrée du jour 	14 Entrée du jour Paupiette de veau, Sc crème (1-7-10) Aligot (3-7) Salade Buffet de desserts	15 Entrée du jour Baeckeoffe (15) Buffet de desserts	16 Entrée du jour Pâtes sauce 4 fromages (1-7) Gruyère (7)  Buffet de desserts
19 Entrée du jour Hachis parmentier (3-7) Salade Buffet de desserts	20 Entrée du jour Nuggets (1-9-10) Patatoes Compote de pommes Buffet de desserts	21 Entrée du jour Steak haché Pâtes (7) Ratatouille  Buffet de desserts	22 Entrée du jour Rôt de porc (15) Sauce crème champignon (1-7-10) Frites Buffet de desserts	23 Entrée du jour Vol au vent du pêcheur (1-2-4-7-12) Riz  Buffet de desserts
26	27	28	29	1

Vacance France

Vacance Belgique

Les allergènes:

1 Gluten / 2 Crustacés / 3 Œufs / 4 Poisson / 5 Arachides / 6 Soja / 7 Lait (lactose) / 8 Fruits à coques / 9 Céleri / 10 Moutarde / 11 Sésame / 12 Sulfites / 13 Lupin / 14 Mollusques / 15 Porc



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