

Cette semaine, le Chef vous propose ...

	Lundi 29/06	Mardi 30/06	Mercredi 01/07	Jeudi 02/07	Vendredi 03/07	Samedi 04/07	Dimanche 05/07
Dîner	Potage aux oignons	Potage aux carottes bio 	Potage vert pré	Potage au concombre	Potage aux lentilles roses 	Potage aux courgettes	Velouté andalou
	Assiette froide Roulades de dindonneau froid Mayonnaise au curry Laitue Salade de pomme de terre	Bûchette ardennaise Jus de viande Caponata d'aubergines Pommes persillées	Cuisse de poulet Sauce estragon Salade vinaigrette Pommes frites 	Tortellini Sauce Alfredo aux champignons Fromage râpé 	Colin pané  Sauce rémoulade Macédoine de légumes Pommes parisiennes 	Lard mariné Jus aux herbes Salade liégeoise	Blanquette de veau aux petits légumes Pommes duchesses 
	OU	OU	OU	OU	OU	OU	OU
	Steak haché Sauce provençale Purée	Boulettes sauce tomate Purée	Boudin Compote Purée	Steak haché Sauce provençale Purée	Œuf cuit dur Légume du jour Purée	Boulettes sauce tomate Purée	Boudin Compote Purée
	OU Filet de poulet - Jus de volaille - Compote - Pommes natures						
	Pudding au moka	Fruit de saison 	Yaourt fermier confiture	Fruit de saison 	Panacotta coulis fruits rouges	Dame blanche 	Fruit de saison 
Souper	Salami	Croquettes de fromage	Tête pressée	Jambon cuit 	Charmoix 	Cramique	Saucisson de jambon
	OU Jambon	OU Fromage	OU Jambon	OU Fromage	OU Jambon	OU Fromage	OU Jambon

Les demandes pour un repas alternatif sont à donner pour le lundi de la semaine précédente. Elles se font soit auprès de l'animatrice lors de la distribution des journaux le matin ou du bingo de l'après-midi, soit par mail à la diététicienne (diietetique@est-asbl.be), soit auprès des assistantes sociales aux heures de bureau.

Attention, des adaptations au niveau des textures sont systématiquement proposées pour le premier menu (exemple : alternative tendre aux viandes plus dures, purée quand c'est du riz au menu). Le changement de menu doit donc uniquement être fait en fonction des goûts et non au niveau des capacités de mastication ou autre.

Cette semaine, le Chef vous propose ...

	Lundi 06/07	Mardi 07/07	Mercredi 08/07	Jeudi 09/07	Vendredi 10/07	Samedi 11/07	Dimanche 12/07
Dîner	Potage aux poireaux	Potage julienne	Potage aux courgettes	Potage aux tomates	Potage au fenouil	Potage au cresson	Velouté aux champignons
	Escalope de porc milanaise Ratatouille niçoise Riz ou purée	Saucisses de campagne Jus de viande Compote de pommes Pommes nature	Vol au vent aux champignons et sa bouchée Pommes frites 	Spaghetti à la bolognaise 	Assiette froide Pêche au thon Crudités Pommes rissolées 	Epigramme d'agneau Sauce au thym Tomates grillées Semoule	Rôti de dinde Sauce aux cerises Gratin dauphinois 
	OU	OU	OU	OU	OU	OU	OU
	Boudin Compote Purée	Steak haché Sauce provençale Purée	Boulettes sauce tomate Purée	Boudin Compote Purée	Œuf cuit dur Légume du jour Purée	Steak haché Sauce provençale Purée	Boulettes sauce tomate Purée
OU Filet de poulet - Jus de volaille – Compote - Pommes natures							
Souper	Flan caramel	Fruit de saison 	Crumble aux fruits	Fruit de saison 	Yaourt fermier	Cornet glacé 	Fruit de saison 
	Fromage aux fines herbes OU Jambon	Pâtes froides OU Fromage	Paradis nature  OU Jambon	Flandrien jeune OU Jambon	Salami fin bec  OU Fromage	Sandwich au surimi OU Fromage	Pâté grand-mère OU Jambon

Les demandes pour un repas alternatif sont à donner pour le lundi de la semaine précédente. Elles se font soit auprès de l'animatrice lors de la distribution des journaux le matin ou du bingo de l'après-midi, soit par mail à la diététicienne (dietetique@cost-asbl.be), soit auprès des assistantes sociales aux heures de bureau.

Attention, des adaptations au niveau des textures sont systématiquement proposées pour le premier menu (exemple : alternative tendre aux viandes plus dures, purée quand c'est du riz au menu). Le changement de menu doit donc uniquement être fait en fonction des goûts et non au niveau des capacités de mastication ou autre.

Cette semaine, le Chef vous propose ...

	Lundi 13/07	Mardi 14/07	Mercredi 15/07	Jeudi 16/07	Vendredi 17/07	Samedi 18/07	Dimanche 19/07
Dîner	Potage au chou-fleur	Potage au céleri vert	Potage aux carottes bio	Potage au cerfeuil	Potage aux haricots blancs 	Potage aux navets	Minestrone
	Cordon bleu Epinards à la crème Pomme purée	Poivron farci Sauce au basilic Pâtes grecques	Assiette froide Tomate charcutière Salade de saison Pommes frites 	Fusilli Sauce 4 fromages 	Filet de hareng Sauce citronnée froide Crudités Pommes vinaigrette 	Escalope de poulet Sauce à la sauge Carottes bio au beurre Pomme purée	Rôti de porc Sauce Marchand de vin Haricots verts échalotes Pommes duchesses 
	OU	OU	OU	OU	OU	OU	OU
	Boulettes sauce tomate Purée	Boudin Compote Purée	Steak haché Sauce provençale Purée	Boulettes sauce tomate Purée	Œuf cuit dur Légume du jour Purée	Boudin Compote Purée	Steak haché Sauce provençale Purée
OU Filet de poulet - Jus de volaille – Compote - Pommes natures							
Souper	Yaourt fermier cassonade	Fruit de saison 	Riz au lait	Fruit de saison 	Biscuit	Coupe Pavlova (meringue, chantilly, fruits rouges) 	Fruit de saison 
	Œuf cuit dur, mayonnaise OU Fromage	Croquettes de crevettes OU Fromage	Bacon braisé OU Jambon	Brique crémeuse  OU Fromage	Camembert OU Jambon	Craquelin OU Jambon	Carré de porc fumé  OU Fromage

Les demandes pour un repas alternatif sont à donner pour le lundi de la semaine précédente. Elles se font soit auprès de l'animatrice lors de la distribution des journaux le matin ou du bingo de l'après-midi, soit par mail à la diététicienne (dietetique@cost-asbl.be), soit auprès des assistantes sociales aux heures de bureau.

Attention, des adaptations au niveau des textures sont systématiquement proposées pour le premier menu (exemple : alternative tendre aux viandes plus dures, purée quand c'est du riz au menu). Le changement de menu doit donc uniquement être fait en fonction des goûts et non au niveau des capacités de mastication ou autre.

Cette semaine, le Chef vous propose ...

	Lundi 20/07	Mardi 21/07	Mercredi 22/07	Jeudi 23/07	Vendredi 24/07	Samedi 25/07	Dimanche 26/07
Dîner	Potage au céleri-rave	Crème de tomates	Potage aux courgettes	Potage aux oignons	Potage au cresson	Potage paysanne	Potage vert pré
	Assiette froide Roulades d'asperges garnies et salade de pomme de terre	 Boulettes Sauce liégeoise Pomme purée <i>Bonne Fête Nationale</i>	Moules marinières OU Fricadelles Pommes frites 	Emincé de dinde à la crème de pesto et tomates séchées Rigatello moulu 	Tanagra de cabillaud  Sauce cocktail Concombre Pommes nature 	Pain de viande Sauce moutarde à l'ancienne Haricots beurre Pommes ciboulette	Sauté de porc Jus de viande Salsifis au beurre et citron Stoemp carottes 
	OU	OU	OU	OU	OU	OU	OU
	Boudin Compote Purée	Steak haché Sauce provençale Purée	Boulettes sauce tomate Purée	Boudin Compote Purée	Œuf cuit dur Légume du jour Purée	Steak haché Sauce provençale Purée	Boulettes sauce tomate Purée
OU Filet de poulet - Jus de volaille - Compote - Pommes natures							
Souper	Fruit de saison 	Gâteau aux fruits 	Dame blanche 	Fruit de saison 	Boudoir	Yaourt fermier confiture	Fruit de saison 
	Pâté crème OU Fromage	Frisée aux lardons OU Fromage	Salade de crabe OU Jambon	Saucisson de jambon  OU Fromage	Edam OU Jambon	Sandwichs au thon OU Fromage	Bailli au poivre  OU Jambon

Les demandes pour un repas alternatif sont à donner pour le lundi de la semaine précédente. Elles se font soit auprès de l'animatrice lors de la distribution des journaux le matin ou du bingo de l'après-midi, soit par mail à la diététicienne (dietetique@cost-asbl.be), soit auprès des assistantes sociales aux heures de bureau.

Attention, des adaptations au niveau des textures sont systématiquement proposées pour le premier menu (exemple : alternative tendre aux viandes plus dures, purée quand c'est du riz au menu). Le changement de menu doit donc uniquement être fait en fonction des goûts et non au niveau des capacités de mastication ou autre.

Cette semaine, le Chef vous propose ...

Lundi 27/07	Mardi 28/07	Mercredi 29/07	Jeudi 30/07	Vendredi 31/07	Samedi 01/08	Dimanche 02/08
Potage au cerfeuil	Potage aux carottes	Potage del sol (maïs, poivron, courgette)	Potage à la laitue	Potage aux haricots blancs 	Potage au céleri	Velouté de légumes
Cuisse de poulet Sauce estragon Concombre vinaigrette Pommes persillées	Filet de dinde Infusion au thym Petits pois échalotes Pommes natures	Américain préparé Oignons, cornichons Crudités Frites	Tortellini Sauce Napolitaine aux courgettes et lardinettes de dinde 	Filet de cabillaud  A la florentine Pommes purée 	Courgette farcie Coulis de tomates Pommes natures	Carré de porc Sauce aux baies roses et pêches Pommes croquettes 
OU	OU	OU	OU	OU	OU	OU
Steak haché Sauce provençale Purée	Boudin Compote Purée	Boulettes sauce tomate Purée	Steak haché Sauce provençale Purée	Œuf cuit dur Légume du jour Purée	Boudin Compote Purée	Boulettes sauce tomate Purée
OU Filet de poulet - Jus de volaille – Carottes - Pommes natures						
Yaourt fermier confiture	Fruit de saison 	Panacotta	Fruit de saison 	Ile flottante	Glace brésilienne 	Fruit de saison 
Fripons OU Fromage à tartiner	Omelette OU Fromage en tranches	Flandrien jeune  OU Jambon	Jambon blanc OU Fromage en tranches	Fromage d'abbaye  OU Jambon	Cramique OU Fromage à tartiner	Jambon de dinde OU Fromage en tranches

Les demandes pour un repas alternatif sont à donner pour le lundi de la semaine précédente. Elles se font soit auprès de l'animatrice lors de la distribution des journaux le matin ou du bingo de l'après-midi, soit par mail à la diététicienne (dietetique@cost-asbl.be), soit auprès des assistantes sociales aux heures de bureau.

Attention, des adaptations au niveau des textures sont systématiquement proposées pour le premier menu (exemple : alternative tendre aux viandes plus dures, purée quand c'est du riz au menu). Le changement de menu doit donc uniquement être fait en fonction des goûts et non au niveau des capacités de mastication ou autre.