



ASNIÈRES-SUR-OISE  
*entre Nature et Histoire*

# Cette semaine dans mon assiette

## Menus du 4 au 8 mars

### Lundi 4

#### Entrée

Carottes râpées

#### Plat

Saucisses  
aux lentilles  
Steak de soja  
Lentilles

#### Produit laitier

Fromage

#### Dessert

Crème dessert  
au chocolat

#### Goûter

Biscuit palmier  
Yaourt nature  
Jus multifruit

### Mardi 5

#### Entrée

Salade de quinoa

#### Plat

Bœuf bourguignon  
Omelette nature  
Carotte  
Riz

#### Produit laitier

Fromage

#### Dessert

Fruit

#### Goûter

Barre de céréales  
Yaourt sucré  
Jus de raisin

### Mercredi 6

#### Entrée

Paté de campagne  
Œuf dur

#### Plat

Colombo de volaille  
Friand au fromage  
Choux fleurs

#### Produit laitier

Fromage

#### Dessert

Gaufre nature

#### Goûter

Barre bretonne  
Fruit  
Jus d'ananas

### Jeudi 7

#### Entrée

Velouté de potiron

#### Plat

Tajine de boulettes  
de soja  
Semoule

#### Produit laitier

Madeleine

#### Dessert

Yaourt aux fruits

#### Goûter

Gaufre  
Yaourt  
Compote de pommes

### Vendredi 8

#### Entrée

Œuf dur

#### Plat

Brandade de poisson  
Salade verte

#### Produit laitier

Yaourt aux fruits

#### Dessert

Gâteau au chocolat

#### Goûter

Moelleux  
Barre de chocolat  
Lait