

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 1 - du Mardi 5 janvier au Vendredi 8 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL		Falafel & pain pita	Pizza Riz frit végétarien & oeuf au plat	Omelette aux herbes	Sauté de poulet au chou et cébettes
GARNITURE 1: LÉGUMES		Carottes rapées et Tatziki	incl. (riz)	Haricots verts sautés	incl. +papate douce à la vapeur
GARNITURE 2: FÉCULENTS		incl. (pain)	Tomate & concombre	Purée verte aux épinards	Riz gluant
DESSERT		Yaourt au coulis de mangue	Fruits de saison	Smoothie aux fruits	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 2 - du Lundi 11 janvier au Vendredi 15 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Petits steak hachés de poulet & sauce tomate	Fusilli au pesto & fromage rapé	Falafel & Tatziki Omelette au fromage	Curry doux au poulet	Croquettes de poisson et ketchup maison
GARNITURE 1: LÉGUMES	Haricots verts vapeur beurrés	Bâtonnets de carottes & hummus	Frites	Chou-fleur à la vapeur	Choux sautés
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz complet bio	incl. (pâtes)	Salade verte	incl. (Pomme de terre) & riz vapeur	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt nature sucré	Fruits de saison	Lollie au smoothie glacé	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 3 - du Lundi 18 janvier au Vendredi 22 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Chilli aux cinq haricots fromage rapé	Pizza végétarienne (champignons, olives, maïs)	Egg Mayo Riz frit au porc	Hachis parmentier au poulet	Blanc de poulet mariné au four
GARNITURE 1: LÉGUMES	incl. (carottes etc) +maïs sur l'épi	Haricots longs (cru) sauce au yaourt	incl. (riz)	incl. (tomates, carottes) +maïs sur l'épi	Bok choi sauté
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz complet bio	incl. (pâte a pizza)	Tomate & concombre	incl. (purée)	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt au coulis de fraise	Fruits de saison	Yaourt glacé	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 4 - du Lundi 25 janvier au Vendredi 29 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Porc haché sauté avec des champignons	Fusilli à la sauce tomate fromage rapé	Omelette thaïlandaise au porc	Patates rôties avec thon & maïs en mayonnaise	Petits pilons de poulet au paprika
GARNITURE 1: LÉGUMES	Carottes Vichy	Concombre bâton & sauce au yaourt	incl. (riz)	Bâtonnets de concombre	Courgettes sautées
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz complet bio	incl. (pâtes)	Tomate & concombre	incl. (Pomme de terre)	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt à la vanille	Fruits de saison	Smoothie aux fruits	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 5 - du Lundi 1 February au Vendredi 5 February



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Goujons de poulet panés sauce tomate	Falafel & pain pita	Nems aux légumes Riz frit au poulet	Omelette aux herbes	Sauté de poulet au chou et cébettes
GARNITURE 1: LÉGUMES	Broccoli vapeur	Carottes rapées et Tatziki	incl. (riz)	Haricots verts sautés	incl. +papate douce à la vapeur
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz vapeur	incl. (pain)	Tomate & concombre	Purée verte aux épinards	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Crêpes au chocolat	Fruits de saison	Yogurt arôme noix de coco	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 6 - du Lundi 8 February au Vendredi 12 February



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Petits steak hachés de poulet & sauce tomate	Fusilli au pesto & fromage rapé	Croquette Pad Mii aux légumes	Curry doux au poulet	Croquettes de poisson et ketchup maison
GARNITURE 1: LÉGUMES	Haricots verts vapeur beurrés	Bâtonnets de carottes & hummus	incl. (wheat noodles)	Chou-fleur à la vapeur	Choux sautés
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz vapeur	incl. (pâtes)	Tomate & concombre	incl. (Pomme de terre) & riz vapeur	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt au coulis de mangue	Fruits de saison	Beignets d'ananas	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 7 - du Lundi 15 February au Mardi 16 February



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Chilli aux cinq haricots fromage rapé	Pizza végétarienne (champignons, olives, maïs)	Vacances d'hiver		
GARNITURE 1: LÉGUMES	incl. (carottes etc) +maïs sur l'épi	Haricots longs (cru) sauce au yaourt			
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz complet bio	incl. (pâte a pizza)			
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt nature sucré			

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 9 - du Lundi 1 March au Vendredi 5 March



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Goujons de poulet panés sauce tomate	Falafel & pain pita	Tomate Mimosa Croque provençal	Omelette aux herbes	Sauté de poulet au chou et cébettes
GARNITURE 1: LÉGUMES	Broccoli vapeur	Carottes rapées et Tatziki	incl. (pain)	Haricots verts sautés	incl. +papate douce à la vapeur
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz vapeur	incl. (pain)	Choux sautés	Purée verte aux épinards	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt arôme mangue	Fruits de saison	Lollie au smoothie glacé	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 10 - du Mardi 9 March au Vendredi 12 March



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	JOURNÉE DE LA FEMME	Fusilli au pesto & fromage rapé	Riz frit au porc	Curry doux au poulet	Croquettes de poisson et ketchup maison
GARNITURE 1: LÉGUMES		Bâtonnets de carottes & hummus	incl. (riz)	Chou fleur a la vapeur	Choux sautés
GARNITURE 2: FÉCULENTS		incl. (pâtes)	Tomate & concombre	incl. (Pomme de terre) & riz vapeur	Riz gluant
DESSERT		Yaourt au coulis de fraise	Fruits de saison	Smoothie aux fruits	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 11 - du Lundi 15 March au Vendredi 19 March



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Chilli aux cinq haricots fromage rapé	Pizza végétarienne (champignons, olives, maïs)	Salade de chou Pizza Margarita	Hachis parmentier au poulet	Blanc de poulet mariné au four
GARNITURE 1: LÉGUMES	incl. (carottes etc) +maïs sur l'épi	Raw long beans & yogurt sauce	incl. (pâte a pizza)	incl. (tomates, carottes) +maïs sur l'épi	Bok choi sauté
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz complet bio	incl. (pâte a pizza)	Courgettes sautées	incl. (purée)	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt à la vanille	Fruits de saison	Yaourt glacé	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 12 - du Lundi 22 March au Vendredi 26 March



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Porc mince & mushrooms stir-fry	Fusilli in tomato sauce & grated cheese	Poulet strips	Patates rôties avec thon & maïs en mayonnaise	Petits pilons de poulet au paprika
GARNITURE 1: LÉGUMES	Carottes Vichy	Concombre bâton & sauce au yaourt	Frites	Bâtonnets de concombre	Courgettes sautées
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz vapeur	incl. (pâtes)	Green beans	incl. (Pomme de terre)	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt arôme mangue	Fruits de saison	Namwan banane/coco	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 13 - du Lundi 29 March au Vendredi 2 April



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Goujons de poulet panés sauce tomate	Falafel & pain pita	Rouleau de printemps Riz frit aux légumes	Omelette aux herbes	Sauté de poulet au chou et cébettes
GARNITURE 1: LÉGUMES	Broccoli vapeur	Carottes rapées et Tatziki	incl. (riz)	Haricots verts sautés	incl. +papate douce à la vapeur
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz vapeur	incl. (pain)	incl. + Tomate & Concombre	Purée verte aux épinards	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yaourt nature sucré	Fruits de saison	Smoothie aux fruits	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES

La cantine Love Life

Menus pour les Maternelles du LFIV, année scolaire 2020-21

Semaine 14 - du Lundi 5 April au Vendredi 9 April



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
PLAT PRINCIPAL	Petits steak hachés de poulet & sauce tomate	Fusilli au pesto & fromage rapé	Nems aux légumes Spaghetti Bolognaise	Curry doux au poulet	Croquettes de poisson et ketchup maison
GARNITURE 1: LÉGUMES	Haricots verts vapeur beurrés	Bâtonnets de carottes & hummus	incl. (pâtes)	Chou-fleur à la vapeur	Choux sautés
GARNITURE 2: FÉCULENTS	Riz vapeur	incl. (pâtes)	Courgettes sautées w/ Garlic	incl. (Pomme de terre) & riz vapeur	Riz gluant
DESSERT	Fruits de saison	Yogurt arôme noix de coco	Fruits de saison	Lollie au smoothie glacé	Fruits de saison

Code Couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

Riz special

Riz

Pomme de terre

CÉRÉALES