




## Suggestions du Soir


## ELEMENTAIRE

MAIRIE DE  **TOULOUSE**  
www.toulouse.fr

### lundi 4 janvier

salade verte   
poêlée de blé aux petits légumes  
fromage  
compote


### mardi 5 janvier

carotte râpée  
pizza aux légumes   
yaourt à la vanille

### mercredi 6 janvier

pamplemousse  
poêlée de légumes oubliés( panais,  
pomme de terre vitelotte...)  
fromage  
fruit au sirop


### jeudi 7 janvier

potage de légumes  
gratin de gnocchi aux 3 fromages   
fruit


### vendredi 8 janvier

endive  
pièce de bœuf  
poêlée de choux  
yaourt  
compote

### lundi 11 janvier

salade verte  
œuf cocotte aux épinards  
fromage   
fruit cuit


### mardi 12 janvier

potage de potiron  
potée de choux et haricots blancs  
fromage   
fruit

### mercredi 13 janvier

jambon blanc  
blé  
yaourt  
fruit


### jeudi 14 janvier

salade verte  
cake de légumes au curry   
compote


### vendredi 15 janvier

duo de choux rouges et blancs  
lentille corail aux petits légumes  
petits suisses  
compote


### lundi 18 janvier

endive  
mijoté de fève   
yaourt  
compote

### mardi 19 janvier

salade verte   
chili végétal  
fromage blanc  
pomme au four


### mercredi 22 janvier

potage de légumes  
poêlée de quinoa aux légumes  
yaourt   
fruit


### jeudi 21 janvier

omelette aux champignons  
yaourt  
fruit

### vendredi 22 janvier

salade verte   
cake chèvre noix raisin  
fruit

### lundi 25 janvier

salade verte  
boulghour à l'indienne  
compote 


### mardi 26 janvier

pamplemousse  
cote de veau  
courgette  
petit suisse

### mercredi 27 janvier

asperge  
lentilles vertes et pommes de terre  
fromage  
fruit

### jeudi 28 janvier

potage poireaux pomme de terre  
gratin de blette au comté   
fruit

### vendredi 29 janvier

salade verte  
gratin de pomme de terre  
compote



retrouver les recettes des plats dans la rubrique « recettes »



