

### Lundi 7 Juillet

SALADE DE TOMATES BASILIC  
 ESCALOPE DE VOLAILLE VIENNOISE  
**STICKS DE MOZZARELLA**  
 JARDINIÈRE DE LÉGUMES  
**ST MORET**  
 YAOURT AROMATISÉ FERMIER BIO

### Mardi 8 Juillet

MACÉDOINE DE LÉGUMES  
 POISSON À LA CRÈME  
 PURÉE VERTE  
**KIRI CHÈVRE**  
 COMPOTE POMME ABRICOTS BIO

### Mercredi 9 Juillet

SALADE NIÇOISE\*  
**FRICADELLE DE BOEUF**  
**STEAK DE QUINOA**  
 BOULGOUR  
**CARRÉ FRAIS**  
 FRUIT DE SAISON  
 (haricots verts, tomates, pdt, oeuf)

### Jeudi 10 Juillet

SALADE DE LAITUE ET CAROTTES  
 CUISSE DE POULET À LA HONGROISE  
**BOULETTES DE BLÉ FAÇON THAI**  
 PÂTES  
**COMTÉ À LA COUPE**  
 FRUIT DE SAISON

### Vendredi 11 Juillet

RADIS BEURRE  
**BOULETTES DE SOJA À LA TOMATE**  
 RIZ BIO  
**CAMEMBERT**  
 CRÈME AU CHOCOLAT  
 PAIN MAÏS

### Lundi 14 Juillet



### Mardi 15 Juillet

MELON  
 POISSON MEUNIÈRE SAUCE TARTARE  
 POLENTA  
**CAMEMBERT**  
 FRUIT DE SAISON

### Mercredi 16 Juillet

SALADE DE TOMATES  
 SAUTÉ DE PORC AUX CHAMPIGNONS  
**TARTE AUX LÉGUMES**  
 RIZ CRÉOLE  
**SAMOS**  
 BÂTONNET CHOCOLAT

### Jeudi 17 Juillet

SALADE COEUR DE LAITUE  
 LASAGNES GRATINÉES  
**LASAGNES RICOTTA ÉPINARDS**  
**BABYBEL**  
 YAOURT FERMIER BIO

### Vendredi 18 Juillet

CÉLERI RÉMOULADE  
 CORDON BLEU DE DINDE  
**CORDON BLEU VÉGÉTAL**  
 PURÉE PATATES DOUCES  
**TOMME BLANCHE À LA COUPE**  
 GAUFRE DE BRUXELLES

### Lundi 21 Juillet

TABOULÉ  
**ÉMINCÉ DE BOEUF MARENGO**  
**OMELETTE AUX FINES HERBES**  
 PETITS POIS CAROTTES  
**CAMEMBERT**  
 FRUIT DE SAISON  
 PAIN DE SEIGLE

### Mardi 22 Juillet

MELON  
 PAUPIETTE DE DINDE À LA CRÈME  
**PAUPIETTE DE POISSON**  
 CÉRÉALES GOURMANDES / BROCOLIS  
**COMTÉ À LA COUPE**  
 GÂTEAU D'ANNIVERSAIRE



### Mercredi 23 Juillet

RADIS BEURRE  
 CUBES DE COLIN AUX CÉRÉALES SAUCE TARTARE  
 RIZ  
**RONDELÉ**  
 COMPOTE BIO

### Jeudi 24 Juillet

SALADE ORIENTALE\*  
 COUSCOUS BOULETTES DE BOEUF  
**COUSCOUS BOULETTES DE SOJA**  
**CHAVROUX**  
 ABRICOTS  
 \*(poivrons, tomates, concombre, lentilles, jus de citron)

### Vendredi 25 Juillet

COURGETTES RÂPÉES AU BASILIC  
 CAPELLETTIS 4 FROMAGES  
**VACHE QUI RIT**  
 CRÈME FERMÈRE AU CHOCOLAT BIO

### Lundi 28 Juillet

PASTÈQUE  
**FALAFELS**  
 SAUCE À LA GRECQUE  
 PURÉE PATATES DOUCES ET CAROTTES  
 GOUDA À LA COUPE  
 PETIT POT DE GLACE

### Mardi 29 Juillet

GUACAMOLE ET TOMATES **MENU MEXICAIN**  
**FAJITAS BOEUF GALETTE** (pas de pain)  
**GALETTE DE LÉGUMES AUX POIS**  
 HARICOTS ROUGES  
 CRÈME / GRUYÈRE RÂPÉ  
 PURÉE POMME ANANAS



### Mercredi 30 Juillet

CÉLERI RÉMOULADE  
 COURGETTE FARCIE  
**TOMATE FARCIE VÉGÉTALE**  
 BOULGOUR BIO  
 YAOURT BIO  
 FRUIT DE SAISON

### Jeudi 31 Juillet

SALADE DE PÂTES  
 CORDON BLEU DE DINDE  
**CORDON VÉGÉTARIEN**  
 BROCOLIS  
**ST MORET**  
 FRUIT DE SAISON

### Vendredi 1 Août

SALADE DE HARICOTS VERTS  
 POISSON MEUNIÈRE SAUCE RÉMOULADE  
 RIZ CRÉOLE  
**EMMENTAL**  
 PETITS FILOU



AOP



BIO



VÉGÉTARIEN



PÊCHE DURABLE



ORIGINE FRANCE



LOCAL

## Zoom sur : Le Resto' du FJT



Le FJT situé 2 rue Mermoz à Thionville vous accueille depuis plus de 50 ans dans son restaurant en self-service du lundi au vendredi, de 11h45 à 13h. Chaque jour, vous pouvez choisir entre 4 plats chauds et une multitude d'entrées, fromages et desserts, au tarif de 12,80 € le plateau complet (hors-boissons).

Récemment rénové, le restaurant est climatisé et dispose d'une terrasse très conviviale.

Le Resto' est ouvert à tous sans conditions, pas seulement à nos résidents.

Pensez-y !

[www.fjt3f.com](http://www.fjt3f.com)

**RESPONSABLE  
RESTAURATION**  
DOMINIQUE WAGNER  
**DIETETICIENNE**  
EMMANUELLE THOMAS

*Menu sous réserve  
de modification en  
fonction des approvi-  
sionnements*

AGRÉÉE ENTREPRISE  
SOLIDAIRE D'UTILITÉ SOCIALE

Création et Impression



Illustrations  
GALINGALE

L'Association Habitat Jeunes des Trois Frontières est une structure dont le fonctionnement interne et les activités sont fondés sur un principe de solidarité et d'utilité sociale.

Son caractère est non lucratif. Elle ne rémunère pas d'actionnaires. Elle s'efforce de faire travailler les producteurs et les entreprises locales. Elle fait partie du secteur de l'économie sociale et solidaire.



ASSOCIATION  
**HABITAT JEUNES**  
DES TROIS FRONTIÈRES

**Périscolaire  
et centres aérés**

**MENU ETE**  
semaines 28 à 31