

Lundi 5 Janvier

LAITUE
SAUTÉ DE DINDE
GALETTE DE POIS ET LÉGUMES
RIZ BIO / COURGETTES SAUTÉES
BABYBEL
CLÉMENTINES

Mardi 6 Janvier

MACÉDOINE DE LÉGUMES
POISSON MEUNIÈRE
PURÉE D'ÉPINARDS
BRIE À LA COUPE
GALETTE DES ROIS
PAIN AUX CÉRÉALES



Mercredi 7 Janvier

CHOU-FLEUR VINAIGRETTE
COUCOUS POULET
BOULETTES VÉGÉTALES
PETIT LOUIS
FRUIT DE SAISON

Jeudi 8 Janvier

POTAGE
TORTELINIS AU FROMAGE
SALSIFIS PERSILLÉS
TOMME NOIRE
FRUIT DE SAISON

Vendredi 9 Janvier

COLESLAW AUX POMMES
POMME DE TERRE FARCI
TOMATE FARCI VÉGÉTALE
HARICOTS VERTS
YAOURT NATURE BIO DE LA FERME
FRUIT DE SAISON

Lundi 12 Janvier

SALADE CARNIVAL
STEAK HACHÉ AU JUS
STEAK FROMAGER
BOULGOUR / HARICOTS VERTS
CARRÉ FRAIS
FRUIT DE SAISON

Mardi 13 Janvier

CÉLERI RÉMOULADE BIO
FILET DE COLIN AUX FINES HERBES
PÂTES / ÉPINARDS
VACHE QUI RIT
COMPOTE MAISON

Mercredi 14 Janvier

POTAGE AUX BOLETS
VEAU MARENGO
FALAFELS
PURÉE POTIRON
MUNSTER
FRUIT DE SAISON
PAIN AU MAÏS

Jeudi 15 Janvier

ASSORTIMENT DE CRUDITÉS
CORDON BLEU DE DINDE
CORDON BLEU VÉGÉTAL
POTÉE DE LENTILLES BIO
CAMEMBERT
FRUIT DE SAISON

Vendredi 16 Janvier

SALADE DE BETTERAVES BIO
BOUCHÉE À LA REINE
BOUCHÉE AU POISSON
CAROTTES / RIZ BIO
ST MORET
FRUIT DE SAISON

Lundi 19 Janvier

POTAGE
RAVIOLIS AU FROMAGE
PETITS POIS
YAOURT NATURE SUCRÉ
FRUIT DE SAISON

Mardi 20 Janvier

SALADE D'ENDIVES AUX POMMES
FILET DE POISSON À L'OSEILLE
PURÉE TROIS LÉGUMES
CAMEMBERT À LA COUPE
COMPOTE

Mercredi 21 Janvier

SALADE DE CAROTTES
ESCALOPE DE VOLAILLE FORESTIÈRE
PANÉ DE BLÉ FROMAGE ÉPINARDS
BATONNIÈRE DE LÉGUMES / SPAETZLES
COMTÉ AOP À LA COUPE
FRUIT DE SAISON

Jeudi 22 Janvier

CÉLERI RÉMOULADE
ÉMINCÉ DE BOEUF FORESTIER
TARTE AUX POIREAUX
CAROTTES / POMMES DE TERRE
CARRÉ FRAIS
FRUIT DE SAISON

Vendredi 23 Janvier

SALADE CHINOISE
SAUTÉ DE DINDE À LA CHINOISE
BOULETTES THAT
RIZ CANTONNAIS SANS JAMBON / CHOU CHINOIS
CHAVROUX
FRUIT DE SAISON



Lundi 26 Janvier

SALADE AMÉRICAINE
FILET DE POULET À LA CRÈME
NUGGETS DE BLÉ
HARICOTS VERTS FLAGEOLETS
CANCOUILLOTTE
FRUIT DE SAISON

Mardi 27 Janvier

SALADE D'ENDIVES
COUCOUS AU BOEUF
BOULETTES VÉGÉTALES
RONDELET AIL ET FINES HERBES
FRUIT DE SAISON

Mercredi 28 Janvier

MACÉDOINE DE LÉGUMES
STEAK DE BLÉ ET POIS BASQUAISE
GRATIN DE CHOU-FLEUR ET POMMES DE TERRE
GOURDA À LA COUPE
FRUIT DE SAISON BIO

Jeudi 29 Janvier

COLESLAW
SAUTÉ DE DINDE AUX CHAMPIGNONS
GALETTE DE QUINOA À LA PROVENCE
PENNES / COURGETTES
CAMEMBERT À LA COUPE
FRUIT DE SAISON

Vendredi 30 Janvier

CÉLERI BIO VINAIGRETTE
POISSON PANÉ SAUCE TARTARE
PURÉE CRÉCY
CANTAL AOP
FRUIT DE SAISON



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.

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

Chaque jour, vous pouvez choisir entre 4 plats chauds « maison » et une multitude d'entrées, fromages et desserts, au tarif de 11.90 € le plateau complet (hors-boissons).

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

Pensez-y !

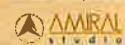
www.fjt3f.com

RESPONSABLE
RESTAURATION
DOMINIQUE WAGNER
DIETETICIENNE
BRIGITTE MARCHON

Menu sous réserve
de modification en
fonction des approvi-
sionsnements

AGRÉÉE ENTREPRISE
SOLIDAIRES 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.

Ruelle
des 4 as



Crèches

MENU HIVER semaines 2 à 5

