

### Lundi 30 Mars

BETTERAVES VINAIGRETTE  
 TAJINE DE POULET  
 TAJINE AU POISSON  
 SEMOULE ET FRUITS SECS / JULIENNE DE LÉGUMES  
**BRIE À LA COUPE**  
 FRUIT DE SAISON  
 PAIN COMPLET

### Mardi 31 Mars

POTAGE  
 HACHIS PARMENTIER  
 HACHIS PARMENTIER AU THON  
 CAROTTES À LA CRÈME  
**EMMENTAL**  
 FRUIT DE SAISON

### Mercredi 1 Avril

CHOU-FLEUR VINAIGRETTE  
 RÔTI DE PORC FORESTIER  
**CRÊPE AU FROMAGE**  
 POTIRON / PÂTES  
**CANTAL**  
 FRUIT DE SAISON

### Jeudi 2 Avril

CONCOMBRES VINAIGRETTE  
 FILET DE COLIN À LA CRÈME  
 RIZ / RATATOUILLE  
**CANTADOU**  
 CLOCHE DE Pâques CHOCOLAT



### Vendredi 3 Avril



### Lundi 6 Avril



### Mardi 7 Avril

GASPACHIO À LA TOMATE  
**STEAK HACHÉ AU JUS**  
**NUGGETS DE BLÉ**  
 POLENTA / POTIRON  
**CHANTENEIGE**  
 YAOURT NATURE SUCRÉ

### Mercredi 8 Avril

COEUR DE LAITUE  
 BOURGUIGNON (viande Charolaise d'éleveur local)  
**BOUCHÉE DE CAMEMBERT**  
 PÂTES / COURGETTES  
**DÉLICE DE CHÈVRE**  
 FRUIT DE SAISON

### Jeudi 9 Avril

CAROTTES RÂPÉES  
 POISSON MEUNIÈRE  
 PURÉE DE HARICOTS VERTS  
 GRUYÈRE À LA COUPE  
 FRUIT DE SAISON

### Vendredi 10 Avril

CHOU CHINOIS VINAIGRETTE  
 FILET DE POULET À L'ORIENTALE  
**TARTE À LA PROVENÇALE**  
 CAROTTES / BOULGOUR  
**BOURSIN AIL ET FINES HERBES**  
 YAOURT DE LA FERME AROMATISÉ

### Lundi 13 Avril

SALADE AMÉRICAINNE  
 RISOTTO À LA BOLOGNAISE  
**RISOTTO AU THON**  
 ÉPINARDS AU JUS  
 LEERDAMMER  
 FRUIT DE SAISON

### Mardi 14 Avril

CÉLÉRI VINAIGRETTE  
 SAUTÉ DE POULET AU PAPRIKA  
**GALETTE DE BLÉ, POIS ET TOMATES**  
 PÂTES / JULIENNE DE LÉGUMES  
**COMTÉ À LA COUPE AOP**  
 FRUIT DE SAISON

### Mercredi 15 Avril

CAROTTES CITRONNÉES BIO  
 FILET DE POISSON MEUNIÈRE SAUCE TARTARE  
 BLÉ / COURGETTES SAUTÉES  
**CANTAFRAIS**  
 YAOURT ARÔME

### Jeudi 16 Avril

SALADE DE TOMATES  
 BROCHETTE DE DINDE AU ROMARIN ET CITRON  
**STICKS DE MOZZARELLA**  
 BROCOLIS / POMMES DE TERRE SAUTÉES  
**ST MORET**  
 COMPOTE BIO

### Vendredi 17 Avril

TABOULÉ  
**OMELETTE TORTILLAS**  
 PETITS POIS CAROTTES  
**PIQ ET CROQ**  
 FRUIT DE SAISON

### Lundi 20 Avril

CONCOMBRES AU MÂS  
 SAUTÉ DE PORC FORESTIER  
**BOUCHÉE DE CAMEMBERT**  
 GRATIN DAUPHINOIS / HARICOTS VERTS  
**BABYBEL**  
 FRUIT DE SAISON BIO

### Mardi 21 Avril

MELON  
 FILET DE COLIN À LA CRÈME  
 PURÉE DUBARRY  
**BRIE À LA COUPE**  
 FRUIT DE SAISON

### Mercredi 22 Avril

SALADE DE BETTERAVES  
 LASAGNES DE BOEUF  
**LASAGNES RICOTTA ÉPINARDS**  
 BROCOLIS  
**EMMENTAL**  
 FRUIT DE SAISON

### Jeudi 23 Avril

SALADE DE TOMATES  
**STEAK FROMAGER**  
 JARDINIÈRE DE LÉGUMES POMMES DE TERRE  
 YAOURT NATURE SUCRÉ DE LA FERME  
 COMPOTE MAISON

### Vendredi 24 Avril

SALADE AMÉRICAINNE  
**HAMBURGER**  
**STEAK DE QUINOA À LA PROVENÇALE**  
 POMMES CAMPAGNARDES Menu Américain  
 TOASTINETTE  
 FRUIT DE SAISON



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 3 plats chauds et une multitude d'entrées, fromages et desserts, au tarif de 13,00 € 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*

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.

AGRÉÉE ENTREPRISE  
SOLIDAIRE D'UTILITÉ SOCIALE

Création et Impression  
**AMIRAL**  
STUDIO

Illustrations  
GALINGALE



ASSOCIATION  
**HABITAT JEUNES**  
DES TROIS FRONTIÈRES

**Repas  
comme un grand**

**MENU PRINTEMPS**

semaines 14 à 17

