

# Le Jardin des Particules

## MENUS

Semaine 12

**Du 16 au 20 mars 2026**

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>Particularités</b><br><b>Trèfles</b>  | Trèfles, Dahlias, Tournesols, Jasmins et Lilas   |  |
|  | <i>Lundi 16 mars 2026</i>  | Goûter   |
| Mayo à part<br>18 parts Epinard et<br>Ricotta à part                               | <b>Œuf dur mayonnaise</b><br><b>Crêpe ricotta et épinards</b><br><b>Pomme de terre rôtie au four</b><br><b>Yaourt nature avec compote de pomme</b> | <b>Galettes de riz</b><br><b>&amp;</b><br><b>Cubes d'oranges</b>         |
|  | <i>Mardi 17 mars 2026</i>  | Goûter   |
|  | <b>Journée verte</b><br><b>Velouté de brocolis</b><br><b>Steak haché</b><br><b>Pâtes au pesto &amp; Choux de bruxelles</b><br><b>Kiwi</b>          | <b>Yaourt</b><br><b>&amp;</b><br><b>pain complet</b><br><b>avec miel</b> |
|  | <i>Mercredi 18 mars 2026</i>   | Goûter   |
| Séparés  | <b>Dips de légumes</b><br><b>Aiguillette de poulet corn flakes</b><br><b>Riz basmati et petits pois</b><br><b>Poire</b>                            | <b>Pain au maïs</b><br><b>&amp;</b><br><b>Gruyère</b>                    |
|  | <i>Jeudi 19 mars 2026</i>  | Goûter   |
| 18 yaourts natures   | <b>Minestrone de légumes</b><br><b>Boulettes de lentilles</b><br><b>Blé &amp; carottes jaunes</b><br><b>Mousse au chocolat sans sucre ajouté</b>   | <b>Salade de fruits</b><br><b>&amp;</b><br><b>Madeleine</b>              |
|  | <i>Vendredi 20 mars 2026</i>   | Goûter   |
| Sauce à part   | <b>Salade de concombre</b><br><b>Filet de truite, sauce beurre blanc</b><br><b>Orge perlé &amp; patate douce</b><br><b>Banane</b>                  | <b>Lait et céréales</b><br><b>&amp;</b><br><b>Mandarine</b>              |
| <b>Bon appétit !</b>   |  |  |