

# Le Jardin des Particules

## MENUS

Semaine 5

du 26 au 30 janvier 2026

	Les Trèfle, Jasmin, Dahlia, Tournesol et Lilas	
Pour les Trèfles	<i>Lundi 26 janvier 2026</i>	Goûter
	<b>Potage montagnard</b> ( <i>poireau, céleri, carotte, pomme de terre</i> ) <b>Tortellini ricotta épinard et leur sauce tomate</b> <b>Chou-rave poêlé</b> <b>Poire</b>	<b>Pain complet &amp; Kiwi</b>
Pour les Trèfles	<i>Mardi 27 janvier 2026</i>	Goûter
18 yaourts naturels	<b>Duo de chou râpé</b> <b>Petit salé au seitan et lentilles</b> <b>Cubes de courge</b> <b>Crème vanille</b>	<b>Ricotta &amp; Miel &amp; Pain</b>
Pour les Trèfles	<i>Mercredi 28 janvier 2026</i>	Goûter
	<b>Salade de fenouil et orange</b> <b>Boulettes d'agneau</b> <b>Semoule &amp; légumes façon couscous</b> <b>Pomme au four</b>	<b>Petit-Suisse &amp;</b>
Pour les Trèfles	<i>Jeudi 29 janvier 2026</i>	Goûter
	<b>Céleri râpé</b> <b>Ragoût de bœuf</b> <b>Flageolets &amp; carottes cubes</b> <b>Clémentine</b>	<b>Gruyère &amp; Pain complet</b>
Pour les Trèfles	<i>Vendredi 30 janvier 2026</i>	Goûter
	<b>Potage de chou fleur touche de curry</b> <b>Aiguillettes de colin aux graines</b> <b>Pomme de terre vapeur &amp; Coleslaw</b> <b>Compote orange et pomme</b>	<b>Cubes de mangue &amp; Galette de riz &amp; Yogurt</b>

Bon appétit !