CPAS Ottignies-Louvain-la-Neuve

MENU **JANVIER** 2026

CPAS d'OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

Régime alimentaire : Normal - Diabétique - moulu

Nombre de repas par commande : 1 - 2 - ....

Jour de livraison

NOM + Prénom :

A rendre pour le 19 / 12 / 2025 au plus tard

Tout changement concernant la livraison des repas doit s'effectuer soit par téléphone au 010/43.65.70 soit par mail à l'adresse taxirepas@cpas.olln.be, au plus tard le lundi (avant 10h) de la semaine précédente. Dans un délais inférieur à une semaine, les commandes seront facturées.

Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 31	Jeudi 1	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4
			poireaux	oignons	minestrone	lentilles corail
			duo de viande choucroute purée	poisson du jour épinards pommes persillées	farfalle sauce pesto fromage râpé	roti de bœuf chicons pommes duchesse
			merguez agneau couscous légumes semoule	merguez agneau couscous légumes semoule	merguez agneau couscous légumes semoule	merguez agneau couscous légumes semoule
			filet de dinde vapeur légumes divers boulghour	poisson du jour vapeur epinards vapeur pommes vapeur	emincé de volaille chou fleur farfalle	saucise de bœuf chicons vapeur pommes vapeur
			dessert de fête	fruit	fruit	biscuit dolcetto

Lundi5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Samedi 10	dimanche 11
epinards	légumes verts	champignons	butternut	légumes divers	légumes divers	azukis
dés de volaille vol au vent champignons riz	boudin blanc compotes de pommes purée	filet de poulet mélange légumes pommes vapeur	oiseau sans tête panais purée	poisson du jour chou pommes vapeur	spaghetti sauce bolognaise fromage râpé	pavé de dindonneau haricots verts pommes duchesses
sauté de porc haricots verts pommes wedges	sauté de porc haricots verts pommes wedges	sauté de porc haricots verts pommes wedges	sauté de porc haricots verts pommes wedges	sauté de porc haricots verts pommes wedges	sauté de porc haricots verts pommes wedges	sauté de porc haricots verts pommes wedges
dés de volaille vapeur champignons riz vapeur	burger agneau compote abricots pommes vapeur	filet de poulet petits pois vapeur pommes vapeur	oiseau sans tête panais pommes purée	poisson du jour trio de chou pommes vapeur	burger vapeur chou romanesco pommes vapeur	filet de dinde haricots vapeur pommes vapeur
crème vanille	fruit	yaourt fruits	dolcé tiramisu	cocktail fruits	yaourt	mousse chocolat

Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
céleri vert	choudou	carottes cumin	cresson	tomates	paysanne	pois chiches
dés de porc salsifis pommes grenailles	pain de viande petits pois pommes vapeur	oiseau sans tête légumes divers pommes wedges	filet de poulet carottes estragon riz basmati	poisson du jour endives purée	gnocchis sauce puttanesca	roti de dinde poelée de légumes pommes rostis
saumon sauce citron brocolis purée	saumon sauce citron brocolis purée	saumon sauce citron brocolis purée	saumon sauce citron brocolis purée	saumon sauce citron brocolis purée	saumon sauce citron brocolis purée	saumon sauce citron brocolis purée
epigramme agneau petits légumes vapeur pommes vapeur	pain de viande poelée légumes vapeur pommes vapeur	filet de poulet piperade basquaise riz vapeur	steak haché bœuf vapeur carottes estragon pommes grenailles	poisson du jour mélange légumes vapeur gnocchis vapeur	oiseau sans tête brocolis vapeur gnocchis vapeur	roti de dinde mélange légumes pommes vapeur
fruit	maton	fruit	gaufre de Liège	biscuit aprico	yaourt aux fruits	tarte aux cerises

Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
céleri rave	légumes divers	endives	courgettes	champignons	bouillon de légumes	haricots blancs
dés de bœuf carottes purée	boulette de veau compote pommes wedges	sauté de porc poelée de légumes pommes persillées	steak de dindonneau céleri rave boulghour	poisson du jour chou romanesco purée	spaghetti sauce agnello formage rapé	noix de poulet estragon poiureaux pommes grenailles
oiseau sans tête petits pois grenailles	oiseau sans tête petits pois grenailles	oiseau sans tête petits pois grenailles	oiseau sans tête petits pois grenailles	oiseau sans tête petits pois grenailles	oiseau sans tête petits pois grenailles	oiseau sans tête petits pois grenailles
dés de bœuf goulash fondue de poivrons riz	boulette de veau vapeur compote dia pommes vapeur	filet de poulet petits pois riz basmati	burger agneau aubergines vapeur boulghour	poisson du jour poelée de légumes pommes vapeur	steak haché de bœuf chou fleur riz basmati	dés de veau estragon pommes grenailles
dolcé caramel	fruit	yaourt	dolcé bueno	fruit	dolcé chocolat	tarte riz

Lundi 26	Mardi 27	Mercredi28	Jeudi 29	Vendredi 30	Samedi 31	Dimanche
potage vert pré	potiron	chicons	choudou	tomates	cultivateur	
dés de volaille carottes purée	hamburger bœuf champignons pommes duchesses	cuisse de poulet petits pois riz basmati	saucisse de veau poelée légumes pommes rostis	saumon courgettes purée	lasagne végétarienne	
boulette d'agneau carottes grenailles	boulette d'agneau carottes grenailles	boulette d'agneau carottes grenailles	boulette d'agneau carottes grenailles	boulette d'agneau carottes grenailles	boulette d'agneau carottes grenailles	
dés de bœuf brocolis vapeur pommes vapeur	hamburger de bœuf haricots pommes vapeur	filet de dinde petits pois boulghour	epigramme d'agneau ratatouille blé curcuma vapeur	saumon fenouil vapeur pommes vapeur	hamburger de bœuf haricots vapeur pommes vapeur	
yaourt aux fruits	muffin	fruit	crème vanille	compote fraise	yaourt fruits	