

**MENUS**  
**Semaine 17**  
Du 20 au 26  
avril

**Lundi**

**Salade de concombres,  
sauce aux herbes**

**Raviolis à la volaille et  
emmental râpé**

Végé : lasagnes de saumon

**Mousse au chocolat**

**Mardi**

**Céleri rémoulade**

**Couscous**

(boulettes d'agneau, merguez,)

Végé : boulettes sarrasin

**Compote de pommes**

**Mercredi**

**Salade verte**

**Steak hâché de bœuf  
sauce biggy maison,  
Purée de pommes de terre**  
Végé : filet de poisson en sauce

**Brie**

**Glace**

**Jeudi**

**Salami et cornichons**  
*Sans porc : roulade de volaille*  
Végé : surimi

**Rôti de dinde en sauce  
Blé**

Végé : crêpe fromage

**Petit moulé nature**

**Fruit**

**Vendredi**

**Carottes râpées au citron**

**Macaronis à la sauce  
fromagère et emmental râpé**

**Brownie choco-noix**

**LE SAVAIS-TU ?**

Le nom original « couscous » est dérivé du mot arabe « Keskes » qui désigne la marmite dans laquelle ce plat marocain a été préparé.



# MENUS

Semaine 18  
Du 27 avril au 3  
mai

## Lundi

Salade verte vinaigrette  
au basilic

Lasagnes à la bolognaise

Végé : Lasagnes ricotta épinards

Tiramisu



## Mardi

Macédoine vinaigrette

Anneaux de calamars panés,  
riz au four sauce provençale

Fraidou

Fruit



## Mercredi

Concombres à la grecque

Côte de porc grillée sauce  
moutarde, coquillettes et  
emmental rapé

Sans porc : escalope de poulet

Végé : poisson grillé

Yaourt aromatisé

## Jeudi

Betteraves vinaigrette à  
l'orange

Jambon blanc, poêlée  
pommes de terre et carottes

Sans porc : jambon de poulet

Végé : œufs durs

Petit moulé aux fines herbes

Crème dessert chocolat



## Vendredi

Pâté de foie et cornichons

Blésotto au poulet

Végé : blésotto au poisson

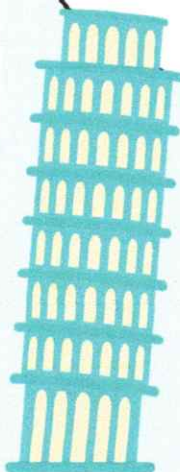
Vache qui rit

Fromage blanc aux fruits



## LE SAVAIS-TU ?

Le nom tiramisu vient de l'italien  
« tirami sù » qui signifie « remonte-  
moi » le moral. Ce dessert porte bien  
son nom puisqu'il fait partie du top 3  
des desserts préférés des français !



**MENUS**  
**Semaine 19**  
Du 4 au 10 mai



**Lundi**

**Salade verte**

**Moussaka**

Végé : poêlée ratatouille  
et falafels

**Semoule au lait**



**Mardi**

**Concombres sauce salade**

**Burger de veau sauce  
aux herbes, frites / pommes  
smiles**

Végé : nuggets de poisson

**Gouda**

**Cocktail de fruits**



**Mercredi**

**Céleri râpé vinaigrette au  
fromage frais**

**Croustillant au fromage,  
poêlée de légumes de saison**

**Vache qui rit**

**Fromage blanc aux fruits**

**Jeudi**

**Œufs durs sauce mayonnaise**

**Escalope de poulet sauce  
barbecue et riz**

Végé : pané blé épinards

**Mimolette**

**Glace**

**Vendredi**

**Salade d'été**

(tomate, radis, carottes)

**Hachis parmentier maison**

Végé : brandade de poisson

**Fraidou**

**Tarte noix de coco**



**LE SAVAIS-TU ?**

La démocratie – un gouvernement où les citoyens votent – est née dans la Grèce antique ? Les Grecs ont également créé le premier alphabet. D'ailleurs, le mot « alphabet » vient des 2 premières lettres grecques : alpha et bêta.



**MENUS**  
**Semaine 20**  
Du 11 au 17 mai

**Lundi**

**Salade verte vinaigrette à l'échalote**

**Gnocchis sauce carbonara et emmental râpé**

Végé : Gnocchis sauce provençale

**Petits suisses aromatisés**



**Mardi**

**Salade coleslaw**

**Nuggets, potatoes**  
Végé : nuggets de blé

**Mimolette**

**Doonut**



**Mercredi**

**Salade composée**  
(salade, betteraves, maïs)

**Filet de hoki pané, blé aux carottes**

**St Nectaire**

**Yaourt aromatisé**



**Jeudi**

**Céleri râpé au fromage blanc**

**Duo de grillades, Macaronis et emmental râpé**  
Végé : Omelette

**Glace**



**Vendredi**

**Carottes râpées**

**Pizza aux 3 fromages, salade verte**

**Brie**

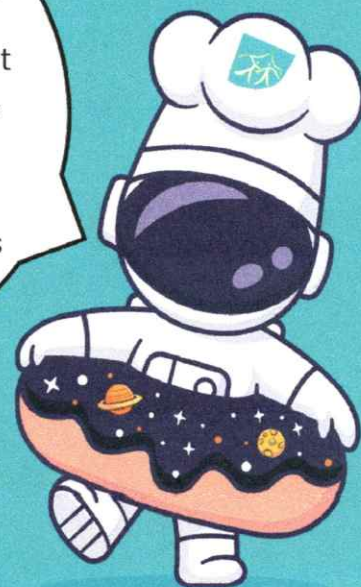
**Liégeois vanille**



**LE SAVAIS-TU ?**

**Enchanté, moi c'est AFA !**

Je suis la mascotte de l'association AFAEDAM dont fait partie l'ESAT de Varize, qui prépare vos repas. Je suis ravie de faire ta connaissance et te dis à très vite pour de nouvelles aventures ensemble !



# MENUS

## Semaine 21

Du 18 au 24 mai

### Lundi

Salade verte aux poivrons

Pennes sauce au pesto et  
emmental râpé

Mousse citron



### Mardi

Chou blanc à la crème

Knacks de porc, purée de  
pommes de terre

Sans porc : saucisse de volaille

Végé : poisson pané

Crumble



### Mercredi

Céleri râpé sauce vinaigrette

Haut de cuisse de poulet  
sauce champignons,  
Et poêlée pommes de terre  
courgettes

Végé : pavé de saumon

Petit moulé nature  
Fromage blanc aux fruits

### Jeudi

Concombres aux herbes

Palette de porc provençale,  
frites / potatoes

Sans porc : escalope de dinde

Végé : crousti fromage

Mimolette

Fruit

### Vendredi

Paella  
poisson et fruits de mer

Chèvreine

Mousse chocolat



### LE SAVAIS-TU ?

Il existe une histoire, certains diront une légende, autour de la paella espagnole. L'histoire d'un général français ordonne à une paysanne de lui préparer un bon repas, ainsi qu'à son armée. La femme, habituée à cuisiner le riz, prépare une grande paella pour l'ensemble des soldats. Sous le charme de ce plat, le général français fait alors une proposition à la jeune femme : pour chaque plat de riz différent qu'elle lui préparera, il fera libérer un prisonnier de son village. Selon la légende, la jeune femme fit libérer à elle seule pas moins de 176 prisonniers...



# MENUS

Semaine 22

Du 25 au 31 mai

## Lundi

Jour férié  
C'est la Pentecôte !



## Mardi

**Céleri rémoulade**  
**Rôti de porc sauce moutarde, duo de haricots**

Sans porc : rôti de dinde  
Végé : coquille poisson

**Gouda**  
**Compote de fruits**

## Mercredi

**Salade de lentilles**

**Tomate farcie, riz**

Végé : filet de poisson en sauce

**Camembert**

**Petits suisses aromatisés**

## Jeudi

**Salade verte**

**Macaronis à la bolognaise et emmental râpé**

Végé : macaronis au fromage

**Beignet framboise**

## Vendredi

**Saucisson et cornichons**

**Nuggets de poisson et sauce tartare, pdt rissolées et courgettes**

**Petit moulé ail et fines herbes**

**Fruit**

## LE SAVAIS-TU ?

AFAEDAM signifie « Association Familiale pour l'Aide aux Enfants et adultes Déficients de l'Agglomération Messine ». L'AFAEDAM a vu le jour le 27 avril 1961. Elle est reconnue d'utilité publique.

[www.afaedam.com](http://www.afaedam.com)

