

### Lundi 20 Janvier

POTAGE  
 RAVIOLIS AU FROMAGE  
 YAOURT NATURE SUCRÉ  
 FRUIT DE SAISON

### Mardi 21 Janvier

SALADE D'ENDIVES AUX POMMES  
 FILET DE POISSON À L'OSEILLE  
 PURÉE TROIS LÉGUMES  
 CAMEMBERT À LA COUPE  
 FRUIT DE SAISON

### Mercredi 22 Janvier

TABOULÉ  
 CUISSE DE POULET RÔTIE  
 PANÉ DE BLÉ FROMAGE ÉPINARDS  
 BATONNIÈRES DE LÉGUMES  
 COMTÉ AOP À LA COUPE  
 FRUIT DE SAISON

### Jeudi 23 Janvier

CÉLERI RÉMOULADE  
 ÉMINCÉ DE BOEUF FORESTIER  
 TARTE AUX POIREAUX  
 CAROTTES / POMMES DE TERRE  
 CARRÉ FRAIS  
 CRÈME CAMEL DE LA FERME

### Vendredi 24 Janvier

SALADE CHINOISE  
 NEMS DE POULET  
 BOULETTES THAÏ  
 RIZ CANTONNAIS  
 CHAVROUX  
 ANANAS AU SIROP

Menu Chinois



### Lundi 27 Janvier

SALADE AMÉRICAINE  
 FILET DE POULET À LA CRÈME  
 NUGGETS DE BLÉ  
 HARICOTS VERTS FLAGEOLETS  
 CANCOILLOTTE  
 FRUIT DE SAISON

### Mardi 28 Janvier

SALADE D'ENDIVES  
 COUSCOUS AUX BOULETTES D'AGNEAU  
 BOULETTES VÉGÉTALES  
 RONDELET AIL ET FINES HERBES  
 FRUIT DE SAISON

### Mercredi 29 Janvier

MACÉDOINE DE LÉGUMES  
 STEAK DE BLÉ ET POIS BASQUAISE  
 GRATIN DE CHOU-FLEUR ET POMMES DE TERRE  
 GOUDA  
 FRUIT DE SAISON BIO

### Jeudi 30 Janvier

CÉLERI BIO VINAIGRETTE  
 POISSON PANÉ SAUCE TARTARE  
 PURÉE CRÉCY  
 CANTAL AOP  
 YAOURT FERMIER

### Vendredi 31 Janvier

COLESLAW  
 SAUTÉ DE BOEUF AUX CHAMPIGNONS  
 STEAK DE MILLET  
 PENNES  
 CAMEMBERT  
 FRUIT DE SAISON



AOP

### Lundi 3 Février

PAMPLEMOUSSE  
 OMELETTE AU FROMAGE  
 PURÉE DE BROCOLIS  
 FROMAGE GROSJEAN  
 YAOURT VANILLE DE LA FERME

### Mardi 4 Février

CAROTTES CITRONNÉES  
 CROUSTILLANT DE POULET AUX CORN FLAKES  
 GALETTE DE BOULGOUR À L'ORIENTALE  
 JARDINIÈRE DE LÉGUMES / POMMES DE TERRE  
 GRUYÈRE À LA COUPE  
 CRÊPE AU SUCRE



### Mercredi 5 Février

CRÈME DE BETTERAVES MIEL ET FROMAGE BLANC  
 BLANQUETTE DE VEAU  
 STEAK DE QUINOA À LA PROVENÇALE  
 RIZ  
 COMTÉ À LA COUPE AOP  
 FRUIT DE SAISON

### Jeudi 6 Février

POTAGE  
 HACHIS PARMENTIER  
 HACHIS PARMENTIER AU POISSON  
 CAMEMBERT  
 FRUIT DE SAISON  
 PAIN AU MAÏS

### Vendredi 7 Février

SALADE DE CHOU-FLEUR BIO  
 FILET DE COLIN SAUCE AURORE  
 PÂTES  
 BLEU D'Auvergne À LA COUPE  
 LIÉGEOIS AU CHOCOLAT



BIO



VÉGÉTARIEN



PÊCHE DURABLE



ORIGINE FRANCE



LOCAL

### Lundi 10 Février

POTAGE  
 TARTIFLETTE  
 TARTIFLETTE SANS LARDONS  
 CANTADOU  
 FRUIT DE SAISON

### Mardi 11 Février

SALADE DE LAITUE  
 CHOU FARCI  
 TOMATE FARCIE VÉGÉTALE et féculent  
 RIZ CRÉOLE  
 MINI CABRETTE  
 BEIGNET CHOCOLAT

### Mercredi 12 Février

CHOU BLANC ET CAROTTES  
 Menu Libanais  
 VIANDE DE KEBAB  
 REVITHOKEFTEDES  
 BOULGOUR  
 SAUCE KEBAB  
 YAOURT NATURE DE LA FERME  
 1 PAIN KEBAB POUR DEUX même pour les s/viande



### Jeudi 13 Février

SALADE DE RUTABAGA (sous réserve)  
 STEAK FROMAGER  
 PURÉE DE POTIRON  
 CHANTENEIGE  
 FRUIT DE SAISON

### Vendredi 14 Février

CÉLERI RÉMOULADE  
 POISSON MEUNIÈRE SAUCE TARTARE  
 PÂTES  
 VACHE QUI RIT  
 CRÈME CHOCOLAT



## 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.

Récemment rénové, le restaurant est climatisé et dispose d'une terrasse très conviviale.

Chaque jour, vous pouvez choisir entre 4 plats chauds « maison » et une multitude d'entrées, fromages et desserts, au tarif de 11.90 € le plateau complet (hors-boissons).

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**  
BRIGITTE MARCHON

*Menu sous réserve  
de modification en  
fonction des approvi-  
sionnements*

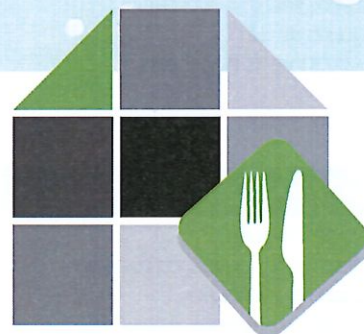
AGRÉÉE ENTREPRISE  
SOLIDAIRE D'UTILITÉ SOCIALE

Création et Impression  


Illustrations  
GALINGALE

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.



ASSOCIATION  
**HABITAT JEUNES**  
DES TROIS FRONTIÈRES

## Restaurants scolaires

# MENU HIVER

semaines 4 à 7



Ruelle  
des 4 as