



LES P'TITS CRÉATIFS asbl

Du 05/10/2026 au 09/10/2026

Repas de la semaine		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Dîner	Féculents	Pommes de terre/lentilles	Boulghour	Purée	Couscous	Pommes de terre
	Légumes	Carottes	Crème courgettes	Fenouil	Légumes couscous	Champignons
	VVPD		Maquereaux	Boeuf	Filet de merlan	Oeufs
	Potage	Oignons				
	Matières grasses	Huile de colza	Huile de noix	Huile d'olive	Beurre	Huile d'olive
	Repas bébé	PDT/panais/carottes	PDT/courgettes	PDT/fenouil	Couscous/légumes couscous	PDT/champignons
Goûter	Fruits/Légumes	Clémentines	Framboises	Bananes	Prunes	Raisins
	Féculents	Pains pitta	Pain gris	Pain multicéréales	Pain blanc	Pain gris
	Matières grasses		Beurre	Huile d'olive	Beurre	Beurre
	Produits laitiers	Brie				

Du 12/10/2026 au 16/10/2026

Repas de la semaine		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Dîner	Féculents	Riz	Pommes de terre persillées	Pâtes	Pommes de terre rissolées	Pommes de terre
	Légumes	Epinards	Aubergines	Brocolis/tomates	Butternut	Haricot blanc/tomates
	VVPD	Oeufs	Burger végétariens	Maquereau	Saucisses	Filet de merlan
	Potage		Légumes soupes			
	Matières grasses	Huile de colza	Huile d'olive	Beurre	Huile de noix	Huile d'olive
	Repas bébé	Riz/épinards	PDT/aubergines	Pâtes/brocolis	PDT/butternut	PDT/carottes
Goûter	Fruits/Légumes	Poires	Clémentines	Prunes	Raisins	Pommes
	Féculents	Pain multicéréales	Baguette	Pain gris	Pain gris	Pain blanc
	Matières grasses	Beurre	Beurre	Beurre	Huile d'olive	Tapenade de carottes
	Produits laitiers					