	Semaine 1		
	plat principal	Side	Salade
Dimanche	Poulet Grillé	Riz aux Vermicelles Légumes sauté avec herbes et l'aille	Salade Rocca Fruit
Lundi	Dawood Pacha	Pâtes huile d'olive Légumes Grillé	Salade Verte Yaourt
Mardi	Pizza		Salade César Fruit
Mercredi	Poulet fajita	Riz Mexicane Le Maïs jaune	Salade Mexican Yaourt aux fruits
Jeudi	Rôti de Boeuf (Gravy sauce)	Riz Blanc Haricots Verts	Salade grecque Fruit

	Semaine 2		
	plat principal	Side	Salade
Dimanche	Poulet Frit	Riz Blanc Épinards sauce tomate	Salade Verte Fruit
Lundi	Pâtes a la Pachamel		Salade César Yaourt
Mardi	Steak avec Pomme de terre	Riz Crystal Haricots Verts à la sauce tomate	Salade Rocca Fruit
Mercredi	Shish Tawook	Pâtes sauce marinara Légumes Grillé	Salade Fattoush Yaourt aux fruits
Jeudi	Kofta Grillé	Riz Basmati Blanch avec Herpes Okra Tajin	Tehini Tomate/ concomber Fruit

	Semaine 3		
	plat principal	Side	Salade
Dimanche	2 mini Sandwich Burger	Le Maïs jaune	salade de Cole Slaw

			Fruit
Lundi	Bouchées de Poulet au Beurre à l'ail	Riz Jaune aux curcuma Petit Pois	Salade grecque Yaourt
Mardi	Koshary		Salade Verte Fruit
Mercredi	Boulettes de Viande	Riz Blanc épinards Gratin	Salade de Pomme de terre Yaourt aux fruits
Jeudi	Pâtes Alfredo au Poulet		Salade César Fruit

	Semaine 4		
	plat principal	Side	Salade
Dimanche	Kabab Hallah	Riz blanc Pomme de terre aux herpes	Salade Rocca Fruit
Lundi	Boulettes de Viande à la Grecque	Pâtes Sauce Marinara Légumes Grillé	Salade Verte Yaourt
Mardi	Poulet a la crème et Pomme de Terre au Four	Orzo avec Légumes	Salade Fattoush Fruit
Mercredi	Boeuf Stroganoff	Riz crystal Légumes Grillé	Salade Mexican Yaourt aux fruits
Jeudi	Poulet avec motard sauce	Riz avec herbes et l'ail Ratatouille	Salade César Fruits