

07-11/11/2021

Sunday

Beef with Onion Stew, *served with*
Vermicelli Rice
Okra in Tomato Sauce
Sauteed Okra
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Tahini, Baba Ghanough
Shami Bread
Grapes

Monday

Chicken & Vegetable Stroganoff, *served with*
Rice
Mix Grilled Veggies
Caesar Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Garlic Bread
Milk Rice

Tuesday

Green Beans in Tomato Sauce, *served with*
Vermicelli Rice
Vegetable Noodles
Mixed Green Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Humus, Tahini & Baba Ghanough Dips
Garlic Bread
Guava

Wednesday

Grilled Chicken Strips, *served with*
Pasta
Tomato Sauce & Creamy Sauce
Potato Puree
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Garlic Bread
Sweet Potato

Thursday

Grilled Kofta, *served with*
Vermicelli Rice
Potato in Tomato Sauce
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Bread
Vanilla Muffin

07-11/11/2021

Dimanche

Boeuf avec ragoût d'oignons, *servi avec*
Riz aux vermicelles
Cornes grecques à la sauce tomate
Cornes grecques sautées
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Tahini, Baba Ghanough
Pain Shami
Raisins

Lundi

Poulet & Légumes Stroganoff, *servis avec*
Riz
Mélange de légumes grillés
Salade César
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain à l'ail
Riz au lait

Mardi

Haricots verts à la sauce tomate, *servis avec*
Riz aux vermicelles
Nouilles aux légumes
Salade verte
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pois chiche, Tahini & Baba Ghanough
Pain à l'ail
Guave

Mercredi

Lanières de poulet grillées, *servies avec*
Pâtes
Sauce tomate & Sauce crémeuse
Purée de pomme de terre
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain à l'ail
Patate douce

Jeudi

Kofta grillé, *servi avec*
Riz aux vermicelles
Pomme de terre à la sauce tomate
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain
Muffin à la vanille

14-18/10/2021

Sunday

Chicken Escalope, *served with*
Vermicelli Rice
Peas and Carrots in Tomato Sauce
Sauteed Peas and Carrots with Garlic
Mixed Green Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Shami Bread
Grapes

Monday

Beef Stroganoff, *served with*
Rice
Sauteed Mix Vegetables
Mix Vegetables in Tomato Sauce
Greek Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Garlic Bread
Milk Rice

Tuesday

Pasta Tomato Sauce
Black Eyed Peas "Loubya" in Tomato Sauce
served with Vermicelli Rice
Mixed Green Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Potato Salad
Shami Bread
Guava

Wednesday

Beef Burger, *served with*
Lettuce & Tomato
Roasted Potato
Caramelized Onion
Coleslaw Salad
Cucumber, Carrots & Arugula
Sweet Potato

Thursday

Molokheya, *served with*
Chicken Strips
Vermicelli Rice
Mixed Green Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Bread
Vanilla Muffin

14-18/10/2021

Dimanche

Escalope de poulet, *servie avec*
Riz aux vermicelles
Petits pois et carottes à la sauce tomate
Petits pois et carottes sautés à l'ail
Salade verte
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain Shami
Raisins

Lundi

Boeuf Stroganoff, *servi avec*
Riz
Mélange de légumes sautés
Mélange de légumes à la sauce tomate
Salade grecque
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain à l'ail
Riz au lait

Mardi

Pâtes à la sauce tomate
haricots oeil noir "Loubia" à la sauce tomate
servi avec du riz aux vermicelles
Salade verte
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Salade de pommes de terre
Pain Shami
Guave

Mercredi

Burger de boeuf, *servi avec*
Laitue & Tomato
Pomme de terre rôtie
Oignon caramélisé
Salade de choux (coleslaw)
Concombre, Carottes & Roquette
Patate douce

jeudi

Moulokheya, *servi avec*
Lanières de poulet
Riz aux vermicelles
Salade verte
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain
Muffin à la vanille

La Semaine du Gout
21-25/11/2021

Sunday (Lebanese Day)

Chicken Fetteh with Yoghurt, *served with*
Roasted Vegetables
Sauteed Green Beans
Hummus, Baba Ghanoush
Tabbouleh Salad
Fattoush Salad
Shami Bread
Grapes

Monday (French Day)

Cordon Bleu Chicken Strips, *served with*
Rice
Ratatouille
Mix Grilled Veggies
Salad Nicoise
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Garlic Bread
Milk Rice

Tuesday (Italian Day)

Pasta Marinara with Vegetable &
Spaghetti Alfredo with Spinach, *served with*
Eggplant Salad
Italian Tomato Salad
Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Bruschetta Bread
Guava

Wednesday (East Asian Fusion Day)

Korean BBQ Beef, *served with*
Stir Fried Vegetable Rice
Mixed Vegetable in Oyster Sauce
Thai Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Garlic Bread
Sweet Potato

Thursday (Indian Day)

Tandoori Grilled Chicken, *served with*
Biryani Rice
Vegetable Curry
Carrot & Dal Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Bread
Vanilla Muffin

La Semaine du gout
21-25/11/2021

Dimanche (journée libanaise)

Fettah de poulet au yaourt, *servi avec*
Légumes grillés
Haricots verts sautés
Pois chiche, Baba Ghanoush
Salade taboulé
Salade fattouche
Pain Shami
Raisins

Lundi (journée française)

Lanières de poulet Cordon Bleu, *servies avec*
Riz
Ratatouille
Mélange de légumes grillés
Salade Niçoise
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain à l'ail
Riz au lait

Mardi (journée italienne)

Pâtes marinara aux légumes &
Spaghetti Alfredo aux épinards, *servie avec*
Salade d'aubergines
Salade de tomate à l'italienne
Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain à bruschetta
Guave

Mercredi (Journée de la fusion est-asiatique)

Boeuf BBQ coréen, servi avec
Riz sauté aux légumes
Mélange de Légumes à la sauce aux huîtres
Salade Thaïlandaise
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain à l'ail
Patate douce

Jeudi (journée indienne)

Poulet grillé tandoori, *servi avec*
Riz biryani
Curry de légumes
Salade de carottes et de dal
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain
Muffin à la vanille

28/11-02/12/2021

Sunday

Beef with Onion Stew, *served with*
Vermicelli Rice
Green Beans in Tomato Sauce
Sauteed Green Beans
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Tahini, Baba Ghanough
Shami Bread
Grapes

Monday

Chicken & Vegetable Stroganoff, *served with*
Rice
Mix Grilled Veggies
Caesar Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Garlic Bread
Milk Rice

Tuesday

Green Beans in Tomato Sauce
served with Vermicelli Rice &
Vegetable Noodles
Mixed Green Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Hummus, Tahini & Baba Ghanough Dips
Shami Bread
Guava

Wednesday

Beef Bolognese, *served with*
Pasta &
Potato Puree
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Garlic Bread
Sweet Potato

Thursday

Egyptian Fattah, *served with*
Stewed Beef
Roasted Vegetables
Mixed Green Salad
Tomato, Cucumber, Lettuce, Carrots & Arugula
Bread
Vanilla Muffin

28/11-02/12/2021

Dimanche

Boeuf avec ragoût d'oignons, *servi avec*
Riz aux vermicelles
Haricots verts à la sauce tomate
Haricots verts sautés
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Tahini, Baba Ghanough
Pain Shami
Raisins

Lundi

Poulet & Légumes Stroganoff, *servi avec*
Riz
Mélange de légumes grillés
Salade César
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain à l'ail
Riz au lait

Mardi

Haricots verts à la sauce tomate, *servis avec*
Riz aux vermicelles &
Nouilles aux légumes
Salade verte
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
pois chiche, Tahini & Baba Ghanough
Pain Shami
Guave

Mercredi

Bœuf bolognaise, servi avec
Pâtes &
Purée de pomme de terre
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain à l'ail
Patate douce

jeudi

Fattah égyptien, *servi avec*
Ragoût de boeuf
Légumes grillés
Salade verte
Tomate, Concombre, Laitue, Carottes & Roquette
Pain
Muffin à la vanille