



RÈGLES DE VOYAGE ETE 2024



LA HONGRIE LE COUDE DU DANUBE

JEKA vzw - Stationsstraat 75 – 1730 Asse // 02 230 84 55
info@jeka.be // www.jeka.be // BE0410 485 885

 [jeka.belgium](https://www.facebook.com/jeka.belgium)  [jekavzw](https://www.instagram.com/jekavzw)

Introduction

Ces règles et informations utiles font partie du contrat de vacances à forfait que vous signez avec l'asbl JEKA.

Les règles sont mises à jour chaque année et envoyées à tous les groupes qui ont déjà signé un contrat de voyage à forfait.

Pour que les camps d'été se déroulent sans heurts, il est très important que chaque groupe respecte les règles ci-dessous et qu'elles soient connues de tous les animateurs et participants.

Table des matières

Introduction	p.1
Transport	p.2
Bagages	p.2
Autorisation de voyage pour les mineurs	p.2
Règles applicables aux bus	p.3
Transport propre	p.3
Loge	p.4
Règlement intérieur	p.4
Taxe de subsistance	p.7
Alimentation électrique	p.8
Alimentation	p.8
Exemple de menu	p.9

Transport

L'offre JEKA inclut le transport en bus dans le prix du camp.

Les horaires des autocars et les heures de départ correctes vous seront envoyés au plus tard 2 semaines avant le départ.

Cependant, vous pouvez choisir d'organiser le transport vous-même et vous obtiendrez alors une réduction sur le prix du camp.

Nous vous donnons ci-dessous les informations pratiques nécessaires à la préparation de votre voyage.

Formulaire de transport Hongrie-Visegrad

Départ :	Voyage de nuit
Départ :	en soirée (entre 21h et 23h)
Arrivée :	Dans l'après-midi (vers 15-16h)
<hr/>	
Retour :	Voyage de nuit
Départ :	dans la soirée (entre 16h
Arrivée :	et 19h)
<hr/>	
Transport personnel :	

Bagages

Seule une valise ou un sac à dos de 20 kg maximum (80x70x30cm) + 1 bagage à main (20x30x30cm) par personne est autorisé. Le sac de couchage peut être transporté dans un sac séparé (de préférence pas un sac poubelle). Toutefois, veuillez ne pas l'attacher à l'extérieur de la valise ou du sac à dos : cela rendrait plus difficile son empilement dans le coffre du bus.

Pour 20 passagers de l'autocar, le groupe a droit à un bagage collectif (dimensions maximales de 100x55x45cm) de 30 kg ; tous les autres bagages seront refusés. Les bagages des personnes ne voyageant pas avec l'autocar seront immédiatement refusés. Répartissez autant que possible les bagages du groupe dans les valises individuelles.

Pouvons-nous vous demander de prêter une attention particulière à la taille et au poids des bagages ? Il est extrêmement important pour chaque membre de faire monter ses bagages dans le bus et l'espace pour les bagages est limité. Il est possible de renvoyer les bagages à l'étranger, mais cette solution est encombrante et très coûteuse. Ces **coûts** sont supportés par le groupe. En cas d'amende pour surcharge du bus, celle-ci sera également répercutée sur le groupe.

Veillez à ce que tous les bagages soient clairement identifiables, par exemple en utilisant les étiquettes JEKA de couleur. Si votre groupe séjourne dans différentes maisons, utilisez une couleur par maison afin que notre personnel sur place puisse également voir facilement quels bagages appartiennent à quelle maison.

Convenez clairement, au sein de l'équipe de direction, de la personne qui supervisera le déchargement ou le chargement correct des bagages sur le site. Ni le chauffeur ni le personnel de JEKA ne peuvent être tenus responsables si un bagage retourne accidentellement en Belgique à l'arrivée ou est laissé sur place au départ !

Autorisation de voyage pour les mineurs

Lorsqu'un mineur voyage à l'étranger et n'est pas accompagné de ses deux parents, une

autorisation de voyage doit être fournie. Il s'agit d'un formulaire sur lequel l'un des parents ou un tuteur autorise le mineur à voyager à l'étranger sous la supervision d'une autre personne, d'une organisation ou d'une école. La signature du parent ou du tuteur doit être autorisée à la mairie.

Outre l'autorisation de voyage, l'enfant a toujours besoin d'une pièce d'identité avec photo en cours de validité pour voyager à l'étranger.

Les règles du bus

Général

1. Tout le monde doit se trouver à l'adresse de prise en charge 30 minutes avant l'heure de départ prévue.
2. Déterminer un point d'embarquement praticable pour les grands bus.
3. Il n'y a pas de sièges réservés, mais des sièges groupés si vous partagez le bus avec un autre groupe.
4. Il est permis de manger et de boire dans le car, à condition de ramasser tout ce qui tombe par terre (sacs, miettes, épluchures,...) (le chewing-gum n'est PAS autorisé).
5. Déposez toujours vos déchets dans les sacs en plastique situés sur les accoudoirs et surtout pas sur le sol.
6. Pensez toujours aux autres passagers (choix du film, volume de la musique, ...).
7. Il est interdit de fumer et de boire de l'alcool dans l'autocar.
8. Profitez des arrêts pour jeter vos déchets dans les conteneurs prévus à cet effet. Nettoyez le bus à l'arrivée afin que le groupe qui part dispose également d'un bus propre pour le retour.
9. Pour des raisons d'hygiène, aucun animal n'est admis dans l'autocar.
10. Suivez toujours les instructions du conducteur (comme un pilote d'avion).

Sécurité et confort

Pour votre sécurité et votre confort, le voyage se fera dans un autocar de moins de 7 ans et d'au moins 2 étoiles. Depuis quelque temps, il existe une obligation de port de la ceinture de sécurité dans les autocars. Concrètement, cela signifie que dans les autocars équipés de ceintures de sécurité, vous devez les porter pendant toute la durée du voyage. Le voyage est effectué par 2 ou 3 conducteurs, conformément à la réglementation légale des temps de conduite et de repos. Le nombre de conducteurs dépend du fait que l'autocar rentre plein ou vide. Le chauffeur conduit en continu pendant 4,5 heures maximum, puis fait une pause de 30 à 45 minutes dans un restaurant d'autoroute.

Nourriture sur le pouce

A l'aller, aucun repas n'est fourni par JEKA. Il est donc préférable d'emporter un double panier-repas. En revanche, pour le retour, JEKA fournit un panier-repas.

Toilettes sur la route

Les toilettes à bord du bus ne servent qu'en cas d'urgence. Elles doivent pouvoir être utilisées au retour, car il n'est pas possible de vider correctement des toilettes pleines lors d'un changement de groupe. Par conséquent, utilisez autant que possible les toilettes aux arrêts.

Règles et conseils pour le choix du "transport propre

Réduction pour le transport personnel vers la Hongrie

Pour le transport aller-retour, JEKA accorde une réduction de 115 euros.

Avec voiture personnelle

En cas de voyage en voiture privée, il est préférable de prévoir une durée de voyage de 16 à 18 heures. L'heure d'arrivée prévue et l'heure de départ annoncée doivent être strictement respectées. L'arrivée d'un nouveau groupe coïncidant avec le départ du précédent, la JEKA ne peut autoriser aucun écart. Prévenez également l'équipe JEKA en Hongrie lorsque vous entrez dans le pays, afin qu'elle ait une idée de votre heure d'arrivée.

En train

Un train de nuit vous emmènera de Bruxelles-Midi à Vienne, la capitale de l'Autriche. De Vienne, vous aurez une correspondance pour Budapest. Le bus local vous conduira en douceur vers les différents villages de la boucle du Danube, où JEKA a installé ses maisons. Plus d'informations : www.b-rail.be.

En bus de tourisme international

Au départ de Bruxelles et de Liège, Eurolines et d'autres compagnies proposent des autocars à destination de Győr et de Budapest en Hongrie. Plus d'informations : www.eurolines.be.

Par avion

Au départ de Zaventem, Brussels Airlines propose des vols à destination de Budapest.

Pour plus d'informations, voir : www.brusselsairlines.com.

Il existe également des vols pour Budapest au départ de Charleroi.

Pour plus d'informations, voir : www.ryanair.com et www.wizzair.com.

Le pavillon

Nos hébergements JEKA en Hongrie sont situés dans la boucle du Danube, à quelque 40 km au nord de Budapest. Dans la région située entre Leányfalu et Visegrád, à proximité du puissant Danube, nous avons loué et spécialement équipé un certain nombre de maisons pour les groupes. Il s'agit de maisons de vacances et de maisons de jeunes.

Chaque maison dispose de chambres avec des lits superposés, d'installations sanitaires adéquates, d'une cuisine équipée et d'une salle à manger et de récréation. La cuisine est équipée de tout le matériel nécessaire à la préparation du menu JEKA. Les appareils électriques, tels que le mixeur, la machine à café, le grille-pain, etc. ne sont pas disponibles. Dans le logement, vous trouverez un ensemble d'ustensiles de nettoyage de base pour garder votre maison propre, ainsi que du liquide vaisselle. JEKA fournit également du papier hygiénique. Vous pouvez toujours demander ces produits. Attention : vous devez fournir vos propres torchons et serviettes de cuisine !

Nos logements sont solides mais sobrement meublés, afin que la vie en groupe puisse être pleinement appréciée. C'est pourquoi il n'y a pas de télévision ou de radio, par exemple. Il n'y a pas non plus de téléphone, mais vous pouvez toujours être joint via le logement JEKA et votre téléphone portable en cas d'urgence.

Note : les animaux domestiques ne sont pas admis dans les logements JEKA !

Pour voir de plus près les plans des maisons d'hôtes en Hongrie, veuillez consulter notre site Internet www.jeka.be à la rubrique "news" - maisons d'hôtes.

Le règlement intérieur

Sécurité incendie

Bien que les mesures de sécurité nécessaires aient été prises, il est évident que les maisons JEKA contiennent encore beaucoup de matériaux inflammables. Nous vous demandons donc une vigilance accrue dans la cuisine, et il est interdit de fumer dans la maison. Dès votre arrivée, vérifiez

que vous savez comment évacuer tout le monde en cas d'urgence. N'oubliez pas de vérifier les différentes sorties (de secours).

Bruit

Nous demandons instamment que les résidents locaux soient pris en compte. Les nuisances sonores sont inacceptables. Limitez le bruit (par exemple en fermant les fenêtres). Beaucoup de gens font la sieste l'après-midi. Ne l'oubliez pas ! Bien entendu, après 22 heures, vous devez respecter strictement le repos nocturne et le faire jusqu'à 8 heures du matin au moins !

Hygiène et sécurité

Tous les lits du JEKA Lodge sont équipés de matelas hygiéniques et d'un oreiller. Chaque participant doit apporter son drap housse et sa taie d'oreiller. Ceci s'applique également aux participants qui dorment dans un sac de couchage ! Ceux qui n'apportent pas leur propre drap-housse et leur propre taie d'oreiller peuvent en louer un sur place auprès d'un membre du personnel de JEKA pour un montant de 8 euros par ensemble.

En outre, nous demandons à chaque groupe de répartir les participants dans les lits disponibles tels qu'ils se trouvent dans les chambres. Cela signifie qu'il n'est pas permis de déplacer les lits ou les matelas dans une autre chambre. Veuillez consulter les plans du logement à cet effet (disponibles sur le site web de JEKA). Il n'est certainement pas permis de créer une place de couchage supplémentaire sur le sol entre les lits : cela obstruerait l'issue de secours en cas d'évacuation nécessaire. La sécurité des participants passe avant le plaisir de dormir ensemble dans une chambre avec un groupe d'amis.

Maintenance

JEKA attache une grande importance à ce que les groupes qui arrivent trouvent un logement propre, bien rangé et en bon état. Après tout, chaque nouveau groupe a le droit de se retrouver dans une maison propre et confortable. Vous veillerez tout particulièrement à la propreté des chambres, des douches et des toilettes avant de partir. En même temps, vous vérifierez si le nombre de lits par chambre correspond au plan que vous avez reçu de JEKA. En outre, vous vérifierez minutieusement dans la cuisine si tout a été laissé en ordre (la cuisinière et le four méritent un contrôle supplémentaire). Si, au moment du départ, vous constatez que votre logement n'est pas en ordre, le membre du personnel de JEKA informera les chauffeurs de bus que le bus ne pourra pas partir tant que le logement n'aura pas été correctement nettoyé. En tout état de cause, un nouveau groupe ne peut invoquer le fait d'avoir trouvé une maison "sale" pour ne pas avoir à faire le ménage à la fin du séjour ! Un membre du personnel de JEKA fera donc le tour de la maison avec le chef de groupe à l'arrivée de ce dernier, afin qu'il puisse signaler immédiatement tout état inacceptable d'une pièce particulière. Le personnel de JEKA prendra alors les mesures nécessaires pour y remédier.

JEKA vous attend pendant votre séjour :

1. Aucun lit, armoire, table, etc. n'est déplacé hors des chambres ou à l'extérieur.
2. Il est interdit de fumer dans la maison !
3. Brossez régulièrement les pièces (chambres, salles de bains, espace de vie) et brossez également en cas d'accident.
4. Fermez toujours les fenêtres et éteignez les lumières lorsque vous quittez la maison.
5. Ne jetez pas les déchets de cuisine, le papier, les serviettes hygiéniques et autres dans les éviers ou les toilettes.
6. Aucun clou, vis ou crochet n'est fixé dans les murs.
7. Aucun ruban adhésif (tel que du ruban d'emballage marron) n'est utilisé pour fixer quoi que ce soit au mur.
8. Gardez toujours les sacs à ordures fermés (pour éviter d'attirer les nuisibles tels que les mouches, les guêpes, etc.)

9. Attachez bien les sacs poubelles pleins et apportez-les immédiatement au conteneur.
10. Éviter les nuisances sonores, en particulier après 22 heures et avant 8 heures.
11. Connaître les règles en matière d'incendie (tous les participants).
12. Disposer en permanence d'une liste complète des participants.

Maintenance (suite)

JEKA vous attend à la fin de votre séjour :

1. Nettoyer les sols, le mobilier, les tables, les chaises et les installations sanitaires.
2. Vérifier les lits et s'assurer qu'ils ne sont pas endommagés.
3. Nettoyer les housses des matelas et coussins JEKA.
4. Nettoyer le réfrigérateur et le congélateur la veille du départ (demander au préalable au personnel de JEKA ce qu'il faut faire des restes).
5. Entretien approfondi des foyers à gaz et du four.
6. Ne laissez pas de résidus alimentaires dans des endroits non prévus à cet effet.
7. Laver et trier soigneusement la vaisselle et les ustensiles de cuisine.
8. Révision complète des toilettes et des douches.
9. Nettoyer les alentours de la maison (rassembler les déchets dans des sacs que l'on attache solidement et que l'on laisse à l'endroit convenu).

Les dommages doivent être signalés immédiatement à notre personnel. Le dédommagement sera décidé en concertation avec le chef de groupe.

Chaque chef de groupe est responsable du respect de ces règles. En cas de non-respect des règles, les dommages éventuels seront facturés sur place ou après le séjour. Les dommages non intentionnels peuvent être récupérés par le groupe auprès de l'assurance familiale du membre du groupe concerné et éventuellement après par le groupe auprès de ses polices d'assurance de responsabilité civile.

Merci d'avance pour votre coopération, au nom de JEKA et des groupes qui vous succéderont.

Visiteurs

Il arrive que des parents de participants ou des amis du groupe passent rendre visite. Cette situation est soumise aux dispositions suivantes qui relèvent de l'obligation de déclaration :

1. Les visiteurs qui ne passent qu'une journée sur place, sans passer la nuit dans le JEKA lodge, nous seront seulement signalés. Rien ne sera ajouté ou facturé pour cela.
2. Si les visiteurs restent plus d'une nuit avec le groupe, vous devez les prévenir à l'avance et ils paieront 35 euros par personne et par nuit. Ce montant inclut les mêmes repas que le groupe. Pour la pension complète, vous en discuterez avec le responsable JEKA sur place.
3. Les visiteurs qui passent plus de six nuits sur le site paieront le même prix que les membres du groupe. Il en va de même pour les personnes qui se joignent apparemment aux vacances du groupe mais qui passent la nuit dans une tente ou une caravane. Nous les considérons comme des membres ordinaires du groupe.

Toute visite doit être signalée et payée à l'avance. Le paiement sur place n'est autorisé qu'à titre exceptionnel.

En outre, vous devez tenir compte des éléments suivants

1. JEKA n'est pas une société de transport de meubles et ne peut donc pas fournir de couchage supplémentaire, en plus du mobilier disponible dans le lodge.
2. Les réglementations locales interdisant l'installation de tentes ou de caravanes autour de nos maisons sans autorisation écrite des autorités.
3. La capacité maximale de chaque salle ne doit jamais être dépassée (pour des raisons de sécurité incendie).

Chambres privées

Certains groupes souhaitent louer une ou plusieurs chambres (sans repas) pour leur personnel de cuisine ou pour un couple accompagnateur à proximité de leur lieu d'hébergement et souhaitent que ces personnes consomment les repas en même temps que le groupe.

Demandez à JEKA une proposition adaptée pour les salles privées, nous pouvons vous aider.

Après envoi du bon de commande et engagement de notre part, 60% du prix de la (des) chambre(s) reste à payer en cas d'annulation ; en cas d'annulation dans les 7 jours avant le départ, la totalité du prix de la location reste à payer à JEKA.

Pension de famille personnalisée

Si des personnes souhaitent séjourner en Hongrie de manière totalement indépendante du groupe (par exemple des parents de participants), elles peuvent bénéficier de notre formule de voyage sur mesure, c'est-à-dire séjourner à l'hôtel ou en demi-pension. Elles ne font alors pas partie du groupe en ce qui concerne JEKA (hébergement et nourriture en dehors de l'hébergement JEKA) et reçoivent leur propre numéro de dossier et leur propre facture.

Les recettes de ces voyages sont directement affectées aux causes sociales de l'asbl JEKA.

La taxe de séjour et les données personnelles

Vous devez payer une taxe de séjour en Hongrie par nuit/personne de plus de 18 ans. Les étudiants ne doivent pas payer de taxe de séjour dans la région du Danube. Veuillez noter que ces taxes ne sont pas incluses dans le prix du forfait.

Vous devez également transmettre vos données personnelles et faire scanner votre carte d'identité sur place. Un membre du personnel de la JEKA vous assistera à cet effet.

L'alimentation

JEKA met tout en œuvre pour que votre séjour se déroule dans les meilleures conditions possibles. Voici une brève explication de la manière dont notre personnel sur place vous conseillera et vous assistera si nécessaire, ainsi que de la manière dont les livraisons sont effectuées.

Les denrées alimentaires

Les repas

JEKA fournit toute la nourriture nécessaire pendant le séjour, pour les voyages, les excursions et le retour. Deux repas de pain avec les garnitures nécessaires et un repas chaud sont fournis par jour. La nourriture est abondante, de qualité, variée et adaptée à nos goûts. Bref, nous y accordons beaucoup d'attention, car la réussite de vos vacances en dépend largement. Les repas en pain peuvent facilement être utilisés comme paniers-repas.

JEKA fournit du pain frais tous les matins, collecté auprès de la boulangerie locale. La quantité correspond à une consommation de groupe supérieure à la moyenne pour 2 repas de pain avec garnitures par jour. Veuillez informer notre personnel à temps si vous souhaitez organiser un événement sur deux jours, afin que le pain puisse être commandé pour deux jours.

Pour le dîner chaud, nous utilisons autant que possible des produits frais.

Livraisons

A votre arrivée, vous trouverez dans votre lodge les premières fournitures avec les ingrédients de base (pommes de terre, beurre, lait, sucre, etc.) et les fournitures pour les premiers jours. Si la quantité livrée s'avère trop faible ou trop importante, veuillez contacter votre collaborateur JEKA dans les plus brefs délais. Après consultation, l'approvisionnement peut être adapté aux besoins réels du groupe.

Nous demandons que les produits soient utilisés correctement. S'il vous reste quelque chose ou si vous ne l'aimez pas, ne le laissez pas se gâter mais prévenez le membre du personnel de JEKA, qui pourra peut-être en faire profiter d'autres groupes. Il va sans dire qu'à votre départ, vous n'emporterez rien du stock permanent.

Le dernier jour de votre séjour, les premières fournitures seront livrées à votre lodge pour le groupe suivant. Nous vous demandons de ne pas utiliser les produits de cette réserve.

Exceptions aux repas standard

Dans la mesure du possible et si les produits sont disponibles localement, nous soutenons les adaptations suivantes des repas : végétarien, halal (à discuter si les produits ne sont pas disponibles localement), sans gluten et sans lactose.

Celle-ci doit être demandée au plus tard 2 semaines avant le départ, accompagnée des informations utiles nécessaires (notamment en ce qui concerne les allergies : quelle est la gravité de l'allergie, qu'est-ce qui peut, qu'est-ce qui ne peut pas, ...).

Les participants qui suivent un régime alimentaire particulier feraient bien d'apporter leurs propres produits spécifiques de Belgique. L'expérience montre que ces produits ne sont pas toujours disponibles dans les magasins locaux.

L'exemple de menu

Bien entendu, vous n'êtes pas obligé de suivre le menu à la lettre (comme décrit à la page suivante). JEKA livre toujours la nourriture pour 3 jours en une seule fois, vous pouvez donc réorganiser le menu pour ces 3 jours comme bon vous semble. Il n'est pas possible de reprogrammer les jours de livraison : JEKA ne peut pas livrer les produits plus tôt que lorsqu'ils sont livrés à l'agence par les grossistes. Vous devez donc garder à l'esprit que l'ordre et la composition des différentes livraisons sont entièrement adaptés à cet exemple de menu, et que vous risquez par conséquent de vous retrouver dans une situation délicate si tout ce qui est disponible est mis sur la table sans réfléchir.

Notes :

- En ce qui concerne les épices, JEKA ne fournit que du sel, du poivre et de la noix de muscade ; les autres épices doivent donc être apportées par vous-même.
- Le menu peut encore subir de légères modifications, la version finale sera prête en cuisine à l'arrivée.
- Seules les boissons mentionnées sur le menu sont incluses.
- Aucun remboursement ne sera effectué pour les repas non utilisés (par exemple, à la suite d'un événement de deux jours).

Joyeuses fêtes !!!

L'exemple de menu

Il s'agit d'un exemple de menu, en fonction de l'offre du marché, ce menu peut toujours être adapté par JEKA.

MENU JEKA 2024 - ETE - LA HONGRIE					
Basic =repas composé de pain, margarine, café instantané, thé, lait, confiture, sucre, chocolat, fromage et viande Notre personnel bénévole livre le pain à votre domicile tous les jours. Des demandes supplémentaires d'ingrédients de base, de fromage à tartiner et de céréales peuvent être formulées, pour autant qu'elles soient consommées !					
JOUR d'activité	Type	Standard	Végétarien	Gluten	Lactose
Jour 1	Chaud : Arrivée Dessert :	Spaghetti bolognaise (sauce tomate, viande hachée, fromage râpé) Gâteau	pas de haché -	Pâtes sans gluten Gâteau sans gluten	Sans fromage râpé Biscuits sans lactose
Jour 2	Petit déjeuner Chaud : Dessert : Froid : Extra :	Basique + tomate Bratwurst avec pommes de terre et haricots de princesse Glace avec crème fouettée Base + salade Fruits	- Fromage frit avec pommes de terre et haricots de princesse - - -	Pain sans gluten - Glace à l'eau Pain sans gluten -	Lait sans lactose - Glace à l'eau Fromage sans lactose -
Troisième jour	Petit déjeuner Chaud : Dessert : Froid : Extra :	Base + yaourt et granola Blanc de poulet avec riz et sauce aigre-douce Pudding De base Gâteau	- Légumes panés avec riz et mayo ou sauce aigre-douce - - -	Pain sans gluten, granola - - Pain sans gluten Gâteau sans gluten	Lait et yaourt sans lactose - - Pudding au soja Alpro - Gâteau sans lactose
Jour 4	Petit déjeuner Chaud : Dessert : Froid : Extra :	Base + œuf Hamburger avec pommes de terre et brocoli Riz au lait Basique + tomate Salade de fruits	- - Vega burger avec pommes de terre et brocoli - - -	Pain sans gluten - Dessert sans gluten Pain sans gluten -	Lait sans lactose - Dessert sans lactose Fromage sans lactose -
Jour 5	Petit déjeuner Chaud : Dessert : Froid : Extra :	Base + miel Schoutel froid (œuf-tomate-concombre) jambon) et pommes de terre au four Gâteau Basique + soupe Fruits	- - - - -	Pain sans gluten - Gâteau sans gluten Soupe avec légumes et pain sans gluten -	Lait sans lactose - Gâteau sans lactose Soupe aux légumes -
Jour 6	Petit déjeuner Chaud : Dessert : Froid : Extra :	De base Cordon bleu avec riz et petits pois et carottes Glace à la vanille + sauce au chocolat De base Gâteau	- - Fromage grillé avec riz et petits pois et carottes - - -	Pain sans gluten - Fromage grillé avec riz et petits pois et carottes Glace à l'eau Pain sans gluten Gâteau sans gluten	Lait sans lactose - Fromage grillé avec riz et petits pois et carottes Glace à l'eau Fromage sans lactose Gâteau sans lactose
Jour 7	Petit déjeuner Chaud : Dessert : Froid : Extra :	Base + yaourt, granola Blanc de poulet avec purée de carottes Pudding Base + œuf Fruits	- - Nuggets végétaliens avec purée de carottes - - -	Pain sans gluten, granola - - Pain sans gluten -	Lait et yaourt sans lactose - Réduire en purée avec du lait sans lactose Pudding au soja Alpro - -
Jour 8	Petit déjeuner Chaud : Dessert : Froid : Extra :	De base Bratwurst avec riz et légumes mexicains Yoghourt De base Gâteau	- - Burger avec brocoli et fromage et riz avec légumes mexicains - - -	Pain sans gluten - - Pain sans gluten Gâteau sans gluten	Lait sans lactose - Yaourt sans lactose Fromage sans lactose Gâteau sans lactose
Jour 9	Petit déjeuner Chaud : Dessert : Froid : Extra :	De base Pâtes à la sauce crémeuse au fromage avec laitue et fromage. tomate (avec les restes de légumes) Gâteau Basique + soupe Fruits	- - - - -	Pain sans gluten - Pâtes sans gluten Gâteau sans gluten Soupe avec légumes et pain sans gluten -	Lait sans lactose - Fromage sans lactose Gâteau sans lactose Soupe aux légumes -
Jour 10	Petit déjeuner Froid : Extra :	Petit-déjeuner buffet Base + restes + hot dog Gâteau	- Hot dog végétalien -	Pain sans gluten Saucisse à hot-dog sans gluten Gâteau sans gluten	Lait et yaourt sans lactose Saucisse à hot-dog sans lactose Gâteau sans lactose
NOURRITURE SAVOUREUSE !!					
Chers parents cuisiniers et fourriers, vous recevrez avec la première livraison toutes les fournitures pour le petit-déjeuner et les repas froids pour toute la période. Vous pouvez varier à votre guise pour rendre le p e t i t - d é j e u n e r aussi attrayant que possible. Des demandes supplémentaires sont bien sûr toujours possibles, mais de préférence à temps et avec un aperçu de ce qui est vraiment nécessaire.					
Le menu peut changer légèrement en fonction de l'offre de nos fournisseurs. Vous en serez informé en temps utile.					