

Menus du Restaurant Scolaire

OCTOBRE 2022

Semaine du 03 au 07/10/22

| | | | |
|-------------|--|--|--|
| L U N | | <ul style="list-style-type: none"> *Salade Flamande Pilon de poulet (VVF) Tex-Mex *Boullgour et petits légumes Conté (AOP) à la coupe lle flottante | |
| M A R | | <ul style="list-style-type: none"> *Salade de betteraves Bio, local et abricots secs *Rôti de porc (VVF) Bordelaise *Petit-pois et carottes Yaourt aromatisé *Assiette de fruits locaux de saison (HVE) | |
| M E R | | <ul style="list-style-type: none"> *Céleri rave et carotte en duo *Dos de Hoki (MSC) à l'échalote *Purée de carottes et panais (HVE) Leerdamer *Riz au lait vanillé | |
| J E U | | <ul style="list-style-type: none"> *Endives « Valentine », carotte local, clémentine *Goulasch (VBF) Frites Edam *Assiette de fruits locaux de saison (HVE) | |
| V E N | | <ul style="list-style-type: none"> *Quinoa bio du Berry, petit-pois en salade Steak végétal *Epinards à la crème Brie à la coupe Compote de pomme bio | |

Semaine du 17 au 21/10/22

| | | | |
|-------------|--|--|--|
| L U N | | <ul style="list-style-type: none"> *Salade « Marina » (betterave bio local, chou-fleur) Saucisses végétales au four *Poêlée de riz et haricot rouge Yaourt nature bio local de la ferme *Assiette de fruits locaux de saison (HVE) | |
| M A R | | <ul style="list-style-type: none"> *Salade de lentilles (HVE) de St Flour, oignons et moutarde à l'ancienne *Sauté de bœuf (VBF) braisé normand *Purée de brocolis Samos *Gâteau aux pommes et citron | |
| M E R | | <ul style="list-style-type: none"> *Avocat, macédoine et échalote en salade *Pilaw d'agneau *Semoule Petits suisses aromatisés *Pommes local bio au four et amandes | |
| J E U | | <ul style="list-style-type: none"> *Salade verte (HVE), crouton et dés de fromage *Sauté de volaille (VVF) au lait de coco *Mitonné de carottes et épinard Fromage frais (HQN) du Cotentin *Assiette de fruits locaux de saison (HVE) | |
| V E N | | <ul style="list-style-type: none"> *Avocat et macédoine en salade *Cœur de merlu (MSC) sauce Choron *Riz pilaf Chaource (AOP) à la coupe Dany au chocolat | |

Salade Flamande : Mâche, betterave, vinaigrette à la pomme, miel.

Farandole de crudité : Mâche, carotte, betterave, maïs, échalote, vinaigrette.

Pour pallier à une erreur d'approvisionnement ou faire face aux contraintes du marché, le restaurant scolaire peut-être amener à modifier le présent menu tout en respectant l'équilibre nutritionnel

Semaine du Goût

Semaine du 10 au 14/10/22

| | | | |
|-------------|--|---|--|
| L U N | | <p>Sucré/soie VEP</p> <ul style="list-style-type: none"> *Avocat, pâte, dinde vinaigrette au miel *Sauté de porc (VVF) aux herbes *Chou chinois (Pak choï) Gouda Crème dessert à la pistache Croquant-moelleux Blanc | |
| M A R | | <ul style="list-style-type: none"> *Salade de riz, radis noir, échalotes et fines herbes *Blanquette de dinde (VVF) aux pommes *Gratin de chou-fleur et amandes Camembert (AOP) *Raisins blanc Chasselas | |
| M E R | | <p>Agre-doux ROUGE</p> <ul style="list-style-type: none"> *Salade de choux rouges *Sauté de Veau (VBF) ananas et sauce tomate *Tajine de légumes Babybel rouge *Smoothie fruits rouges | |
| J E U | | <p>Aire au ciel</p> <ul style="list-style-type: none"> *Farandole de crudité *Quiche végétarienne *Salade verte Cantal (AOP) à la coupe *Assiette de fruits locaux de saison (HVE) | |
| V E N | | <p>Orange</p> <ul style="list-style-type: none"> *Carotte à l'Orange Colin (MSC) pané à la graine de millet *Purée de butternut (HVE) Mimolette *Gâteau au potiron | |

VACANCES SCOLAIRES

Semaine du 24 au 28/10/22

| | | | |
|-------------|--|--|--|
| L U N | | <ul style="list-style-type: none"> *Soupe de légumes Chipolatas aux herbes (VVF) *Coudes rayés Philadelphia *Bananes et kiwis multivitaminés | |
| M A R | | <ul style="list-style-type: none"> *Salade de pomme de terre, cornichons et oignons Nuggets de blé *Ketchup de Butternut *Haricot beurre vapeur Petits suisses aromatisés *Assiette de fruits locaux de saison (HVE) | |
| M E R | | <ul style="list-style-type: none"> *Carottes (HVE) râpées Croustillant de poulet (VVF) *Poêlée de légumes Conté (AOP) *Gâteau au chocolat | |
| J E U | | <ul style="list-style-type: none"> *Taboulé d'Automne (semoule, petit-pois, carottes) *Dos de cabillaud (MSC) à l'aneth *Petits légumes à l'estragon Yaourts aromatisés Compote pomme-ananas | |
| V E N | | <ul style="list-style-type: none"> *Salade du « Chef » (salade, dés de volaille, fromage) Steak haché (VBF) Frites Fromage blanc *Assiette de fruits locaux de saison (HVE) | |

Menu réalisé en collaboration avec Laetitia Viollet,
Diététicienne Nutritionniste et par la commission de
restauration