



Menus du restaurant scolaire – Septembre 2022



	Du 01 au 02/09	Du 05 au 09/09	Du 12 au 16/09	Du 19 au 23/09	Du 26 au 30/09
LUNDI		*Avocat et macédoine en salade *Rôti de porc (VPF) et son jus *Poêlé de légumes de saison Gouda (AOP) à la coupe *Assiette de fruits coupés	*Carotte-oignons croquant *Sauté de veau (VBF) à l'estragon *Julienne de légumes Cantal *Riz au lait de coco	*Salade verte, croûton, fromage *Sauté de volaille (VVF) curry et pommes *Haricots beurre (HVE) vapeur Petit suisse nature *Quatre quart	*Salade d'endive, pomme et fromage *Sauté de porc (VPF) sauce moutarde *Frites Camembert Charles VII (local) *Smoothie pomme-cannelle
MARDI		*Salade de tomates bio *Pilons de poulet au four Trio de céréales Yaourt nature de la ferme Maurice (local) *Velouté lacté aux fruits	*Salade exotique *Emincé de dinde(VVF) St Odile (pruneaux) *Duo haricots beurre et petit Pois (HVE) Carré frais *Assiette de fruits coupés	*Salade Ruzinoise *Daube de bœuf (VBF) *Duo légumes et légumineuse Leerdamer *Assiette de fruits coupés	*Salade de bœuf, concombre, radis noir *Duo de ravioles à la ricotta et courgettes en gratin St Moret *Assiette de fruits coupés
MERCREDI		*Salade Bretonne *dos de Colin (NSC) à la crème fraîche *Carottes vapeur Chaource (AOP) *Far	*Salade Gauloise *Sauté de Porc (VPF) Cameline *Pomme de terre sautée Fromage blanc Compote pomme fraise	*Betteraves Alberta (pommes) *Bolognaise végétarienne *Salade verte Fromage blanc *Assiette de fruits coupés	*Céleri rémoulade *Sauté de volaille tomate, olive *Poêlée champêtre Edam *Cake aux fruits
JEUDI	Rosette de Lyon et cornichons Steak haché frite Yaourt nature *Assiette de fruits coupés	*Melon et pastèque en duo *Sauté de Bœuf (VBF) au paprika et oignons Brunoise Provençale Emmental (AOP) *Assiette de fruits coupés	*Salade croquante Steak fromage *Riz pilaf Edam *Assiette de fruits coupés	*Carottes râpées moutarde à l'ancienne *Potée d'agneau (VF) *Mijotée de flageolets Yaourt aromatisé de la ferme Maurice (local) *Salade de fruits	*Salade de lentilles verte de St Flour *Cœur de merlu (NSC) beurre blanc *Brocolis (HVE) Yaourt nature *Ananas rôti
 VENDREDI	*Melon local *Emincé de volaille (VBF) miel et épices * Riz St Nectaire (AOP) *Cake chocolat orange	*Salade du Sud *Lasagne végétarienne *Salade verte local Camembert à la coupe Compote de pommes	*Concombre vinaigrette *Dos de cabillaud (NSC) sauce Nantua *Poêlé méridionale Tome catalane (AOP) à la coupe *Gâteau au chocolat	*Concombre, tomate, petit pois au vinaigre de framboise Poisson Céréales et son citron *Purée de courgettes à la vache qui rit Carré frais *Poire façon melba	Mousse de canard *Emincé de bœuf (VBF) *Pomme de terre rissolée Petit flan caramel à la vanille *Assiette de fruits coupés

Salade Bretonne : chou-fleur, jambon de dinde, vinaigrette
Salade Croquante : Carotte, chou chinois, échalote, soja, vinaigrette
Salade fraîcheur : Concombre, tomate, jambon, emmental, vinaigrette

Salade exotique : pâtes, avocat, carotte, vinaigrette au citron
Salade Ruzinoise: salade, pomme de terre, poisson, œuf dur, mayonnaise
* Assiette de fruits coupés 100% saison, HVE et local



Frédéric Bouillis

Menu Végétarien

Produits Biologiques (selon possibilité des fournisseurs)
*Fait maison



Laetitia Viollet
DIÉTÉTICIENNE NUTRITIONNISTE

Menu réalisé en collaboration avec Laetitia Viollet,
Diététicienne Nutritionniste