










Menus du Restaurant Scolaire











OCTOBRE 2023

Menu réalisé en collaboration avec Frédéric Bouillis et Laetitia Viollet Diététicienne


Semaine du 02 au 06

L U N	 <ul style="list-style-type: none"> *Salade de tomate locale (HVE), échalotes, vinaigrette Pilon de poulet (VVF) *Haricot beurre vapeur persillé Petit suisse nature Glaces aux choix 	
M A R	 <ul style="list-style-type: none"> *Concombre local (HVE) vinaigrette *Porc (VPF) Bordelaise *Petit-pois Dany chocolat *Assiette de fruits de saison (HVE) 	
M E R	 <ul style="list-style-type: none"> *Céleri rave et carotte local (HVE) en duo *Colin (MSC) pané à la graine de millet *Purée de carottes et panais (HVE) Leerdamer *Riz au lait vanillé 	
J E U	 <ul style="list-style-type: none"> *Salade de betteraves Bio, local et fines herbes Steak haché de veau (VBF) Frites Yaourt nature Bio *Assiette de fruits de saison (HVE) 	
V E N	 <ul style="list-style-type: none"> *Quinoa et concombre en salade Ravioles au fromage *Epinard à la crème Fromage blanc nature Compote de pomme bio et son biscuit 	







Semaine du 09 au 13

L U N	 <ul style="list-style-type: none"> Terrine de campagne *Colombo de porc (VPF) *Trio de Céréales Bio Fromage frais vanille *Salade de fruits 	
M A R	 <ul style="list-style-type: none"> *Salade verte local, blanc de poulet (VVF), tomate *Sauté de volaille (VVF) provençale *Torsade Cantal AOP *Assiette de fruits de saison (HVE) 	
M E R	 <ul style="list-style-type: none"> *Râpé de choux rave local vinaigrette *Goulsch (VBF) *Riz pilaf Yaourt nature Ile flottante 	
J E U	 <ul style="list-style-type: none"> *Salade de pépinette, avocat, tomate local (HVE) Cordon bleu végétarien *Salade verte local Gouda *Assiette de fruits de saison (HVE) 	
V E N	 <ul style="list-style-type: none"> *Pâtes à la grecque, olives, dés de féta *Dos de merlu (MSC) sauce échalote *Purée de butternut (HVE) Mimolette Bio Paris Brest 	



Semaine du Goût du 16 au 20




L U N	<p>INDE</p> <ul style="list-style-type: none"> *Raïta de concombre (yaourt, cumin, ail) * Poulet tikka massala (curcuma) et son riz biryani (petit-pois, cannelle) Yaourt nature * Salade de fruits et litchis 	
M A R	<p>Portugal</p> <ul style="list-style-type: none"> * Salade de thon, tomate local (HVE) * Sauté de Veau « du Douro » (carotte) * Haricot blanc, fèves, chorizo * Pasteis De Nata (Flan citronné, pâte feuilletée) 	
M E R	 <ul style="list-style-type: none"> * Avocats et macédoine en salade Croq fromage Ratouille Edam Crème dessert vanille 	
J E U	<p>Canada/ Québec</p> <ul style="list-style-type: none"> *Coleslaw (chou, carotte, mayo) *Emincé de Dinde « Sauce Poutine » Pomme de terre sautées Cheddar blanc *Pomme fruits dorées au sirop d'érable 	
V E N	<p>Corée</p> <ul style="list-style-type: none"> *Kimchi de concombre (oignon, surimi) *Emincé de Porc laqué (sauce soja, miel, huile de sésame) *Nouilles légumières (carotte, sauce Nuoc mâm sauce soja) Beignets de pomme en rouelle 	

Semaine du 23 au 27

L U N	<ul style="list-style-type: none"> *Potage de légumes Chipolatas aux herbes *Coudes rayés Petit suisse nature Compote pomme poire 	
M A R	 <ul style="list-style-type: none"> *Quinoa Bio, carottes et oignons local Nuggets végétal *Haricot vert vapeur persillé Fromage frais *Assiette de fruits de saison (HVE) 	
M E R	 <ul style="list-style-type: none"> *Céleri râpé, germes de soja à la moutarde à l'ancienne *Sauté de volaille (VVF) *Poêlée de légumes Tartare nature *Clafoutis à l'abricot 	
J E U	 <ul style="list-style-type: none"> *Velouté de légumes locaux Poisson meunière (NSC) *Brocolis vapeur Emmental *Mousse au chocolat 	
V E N	<ul style="list-style-type: none"> *Haricots verts Ravigote, (cornichons, échalotes) Steak haché Frites Yaourt nature bio *Assiette de fruits de saison (HVE) 	

Semaine du 30 au 03 novembre

L U N	 <ul style="list-style-type: none"> *Salade verte, crouton, fromage *Mijoté de volaille (VVF) au curry *Semoule Fromage blanc nature Crème dessert vanille 	
M A R	 <ul style="list-style-type: none"> *Carotte râpée vinaigrette *Sauté de Porc (VPF) au romarin *Coquille Petit suisse nature *Assiette de fruits de saison (HVE) 	
M E R	<ul style="list-style-type: none"> *Salade composée chou-blanc, germes de soja et radis noir *Saumon sauce Oseille *Riz Camembert de Normandie (HVE) Assiette de fruits de saison (HVE) 	

JEU	 <ul style="list-style-type: none"> *Velouté de patate douce Omelette nature *Salade verte local Chaurouce Tartes aux pommes 	
VEN	 <ul style="list-style-type: none"> *Semoule, petit-pois, carotte local (hve), vinaigrette *Emincé de Bœuf (VBF) braisé *Pilaf de lentilles vertes Kiri Compotes pommes cassis 	

Pour pallier une erreur d'approvisionnement ou faire face aux contraintes du marché, le restaurant scolaire peut être amené à modifier les présents menus tout en respectant l'équilibre nutritionnel