

MENUS NOVEMBRE 2019

ECOLES SANS MERCREDI

Menus élaborés
par notre
diététicienne



Semaine du 4 au 8 NOVEMBRE 2019			
Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Macédoine mayonnaise	Carottes râpées	Salade Delmonico (salade, œuf dur, jambon, emmental)	Concombre aux fines herbes
Mitonné de porc à la coriandre	Gnocchis BIO à la sauce tomate BIO et narmesan	Rôti de veau au jus de paprika	Filet de merlu sauce aurore
Pommes de terre persillées	(plat complet)	Pâtes de la Fabric d'Alice	Epinards à la crème
Edam	Flan vanille	Yaourt aromatisé	Chèvre et Chèvre fermier
Clémentine	Petit gâteau sec "Benoitine"	Compote pomme banane	Pâtisserie maison (Gâteau moelleux aux poires maison)

Semaine du 12 au 15 NOVEMBRE 2019			
Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
	Haricots verts persillés	Duo de choux rouge et blanc	Betteraves crues râpées
	Sauté de bœuf au cumin	Aiguillette de poulet aux champignons	Filet de limande à l'aneth
	Petits pois carottes	Purée de potiron	Riz blanc BIO
	Cotentin ail et fines herbes	Tomme blanche	Fromage blanc sucré fermier
	Pomme	Pâtisserie (Flan pâtissier)	Banane

Semaine du 18 au 22 NOVEMBRE 2019			
Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Salade de pépinettes au surimi, tomate, estragon	Terrine de légumes + Ketchup	Velouté aux 5 légumes verts	Carottes râpées ciboulette
Chipolatas grillée	Escalope de dinde à la crème	Pizza Margherita maison (tomate, mozzarella, basilic)	Filet de hoki au beurre acidulé
Poêlée de brocolis	Blé BIO	Salade verte	Haricots verts extra fins sautés
Emmental	Petit suisse nature BIO + sucre	Chèvre et Chèvre fermier	Saint Nectaire
Kiwi	Cocktail de fruits	Poire	Pâtisserie maison (Roulé confiture maison)

Semaine du 25 au 29 NOVEMBRE 2019			
Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Betteraves rouges persillées	Œuf dur mayonnaise	Céleri râpé, vinaigrette aux fines herb	Macédoine au maïs
Sauté de dinde à la marocaine	Gratin de chou fleur et pommes de terre au curry	Mitonné de bœuf BIO sauce brune	Cœur de colin à la dieppoise
Semoule BIO	(plat complet)	Poêlée de carottes fraîches	Macaronis
Tomme des Pyrénées	Yaourt nature sucré fermier	Saint Paulin	Emmental râpé
Banane	Emincé de poires au sirop	Pâtisserie (Crêpe au chocolat)	Pomme BIO

Les viandes bovines sont d'origine française (pour confirmation, se référer à l'affichage donné le jour même du menu)

Viande/Poisson/Œuf-Protéines

Féculents/Céréales/Pain-Glucides

Légumes/Fruits crus et cuits-Vitamines, minéraux, fibres

Lait/Produits laitiers-Calcium

