



BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 04 SEPTEMBRE 2023 AU 22 OCTOBRE 2023 |

Menu Standard

	Du 04 sept. au 10 sept.	Du 11 sept. au 17 sept.	Du 18 sept. au 24 sept.	Du 25 sept. au 01 oct.
LUNDI	Tomate en salade Tortellini épinards sauce tomate et râpé Compote de pommes BIO	Salade de haricots verts Boulettes de bœuf au jus Blé BIO Yaourt nature	Friand au fromage Omelette du chef Poêlée campagnarde Fruit BIO de saison	Melon BIO Boulettes d'agneau sauce orientale Riz pilaf Fromage les Fripons
MARDI	Salade de pépinettes Rôti de porc au jus Carottes sautées BIO Saint paulin	Melon BIO Tortillas pomme de terre et oignons Poêlée arlequin Mousse au chocolat	Steak haché sauce barbecue Courgettes persillées Fromage fondu de Brebis Donuts	Concombre BIO sauce bulgare Nuggets végétal Pommes paillason Coulommiers Ketchup
MERCREDI	Aiguillettes de poulet au jus Haricots verts à l'ail Yaourt nature BIO Gâteau aux amandes et coco	Chipolatas * Lentilles au jus Emmental Compote pomme banane BIO	Carottes râpées vinaigrette Sauté de porc à la dijonnaise Pâtes BIO Camembert BIO	Sauté de volaille aux 4 épices Trio de légumes (carottes,courgettes,salsifis) Yaourt nature BIO Eclair au chocolat
JEUDI	Sauté de veau à la moutarde Semoule Coulommiers Flan vanille nappé caramel	Taboulé Poisson pané et citron Carottes BIO persillées Lou mirabel	Salade verte BIO Sauté de boeuf bourguignon Choux fleurs persillés Gâteau au yaourt du chef	Filet de colin basquaise Purée de pommes de terre Fromage blanc aromatisé Fruit BIO de saison
VENDREDI	Betteraves en salade Filet de poisson sauce provençale Riz camarguais BIO Fruit BIO de saison	Rôti de dinde à l'italienne Purée de pommes de terre Chanteneige BIO Fruit de saison	Seiches à l'armoricaine Pommes vapeur Fromage blanc nature Fruit BIO de saison	Salade de perles marines Rôti de porc aux olives Haricots verts BIO persillés Flan vanille nappé caramel

La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *