

Menus du mois de septembre 2018

Lundi 03	Mardi 04	Mercredi 05	Jeudi 06	Vendredi 07
Salade sawai Escalope viennoise Haricots verts Fromage - pâtisserie	Betteraves vinaigrette Boulettes de bœuf sauce cumin Cordiale de légumes Fromage - fruit	Tomates sauce pistou Oeufs brouillés aux fines herbes Pommes rissolées Fromage – compote de fruits	Rosette Steack haché sce marchand de vin Choux fleur à la béchamel Fromage - fruit	Pastèque Beignets de poisson, citron Riz sauce tomate Fromage – poires au sirop
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14
Friand au fromage Emincé de dinde méditerranéenne Poêlée ratatouille à l'huile d'olives Fromage - fruit	Salade piémontaise Sauté de veau Marengo Gratin de légumes Fromage - pâtisserie	Blancs de poireaux sauce ciboulette Rôti de dinde aux oignons Lentilles au jus Fromage - fruit	Melon Omelette garnie Purée Crécy Fromage – abricots au sirop	Salade aux noix à l'huile d'olive Filet de poisson sce beurre blanc Coquillettes Fromage - glace
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21
Céleri rémoulade Mijoté d'agneau Quinoa Fromages – compote de fruits	Carottes râpées Paëlla Fromage Salade de fruits	Rillettes, cornichons Lapin sauté chasseur Duo de haricots Fromage - fruit	Salade de pâtes au thon Omelette au gruyère Purée verte Fromage - fruit	Tartare de concombre sce blanche Filet de poisson meunière Brocolis à la crème Fromage - pâtisserie
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28
Sardine à l'huile Emincé de dinde barbecue Spaghettis Fromage - fruit	Salade de tomates aux herbes de Provence Paupiette de veau aux olives et chorizo Pipérade Fromage – pâtisserie	Salade multicolore Chili con carné Fromage Entremet au chocolat	Tarte au fromage Rôti de porc au curry et lait de coco Riz basmati aux petits légumes Fromage – pêches au sirop	Pâté de campagne Filet de poisson sce hollandaise Pommes de terre et carottes persillées Fromage - fruit

Viande – poisson - oeuf
(protéines animales, lipides,
vitamines, fer)

Produits laitiers
(protéines, calcium, vitamines)

Féculents
(glucides complexes, protéines,
vitamines, fibres)
Origine des viandes : française sauf agneau

☺ = fait maison

Légumes ou fruits cuits
(glucides, minéraux, vitamines,
fibres)

Légumes ou fruits crus
(glucides, minéraux, vitamines, fibres)