

Menus du mois mars 2019

Lundi 04	Mardi 05	Mercredi 06	Jeudi 07	Vendredi 08
Feuilleté au fromage <i>Emincé de dinde chasseur</i> ☺ <i>Petits pois, carottes</i> <i>Fromage - fruit</i>	<i>Salade de riz nordique</i> ☺ <i>Blanquette de veau</i> ☺ <i>Duo de carottes</i> <i>Fromage - pâtisserie</i>	<i>Céleri rémoulade</i> ☺ <i>Couscous merguez</i> ☺ <i>Fromage</i> <i>Cocktail de fruits</i>	<i>Potage carottes et potiron au curry</i> ☺ <i>Steack haché, ketchup</i> <i>Pommes noisettes</i> <i>Fromage - fruit</i>	<i>Salami / tomates au basilic</i> <i>Filet de poisson meunière</i> ☺ <i>Tortis napolitaine</i> bio ☺ <i>Fromage - fruit</i>
Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14 - menu végétarien	Vendredi 15
<i>Macédoine mayonnaise</i> <i>Emincé d'agneau à l'indienne</i> ☺ <i>Riz madras</i> ☺ <i>Fromage - abricots au sirop</i> bio ☺	<i>Salade Lorette (céleri rave, betteraves en julienne)</i> ☺ <i>Œufs brouillés à l'espagnol</i> ☺ <i>Pommes sautées</i> bio <i>Fromage - crème caramel beurre salé</i>	<i>Salade de pâtes au surimi</i> ☺ <i>Paupiette de lapin</i> <i>Brocolis</i> ☺ <i>Yaourt</i> bio - fruit	<i>Potage de légumes</i> ☺ <i>Lasagnes d'aubergine, courgette, à la mozzarella</i> ☺ <i>Fromage</i> <i>Salade de fruits exotiques</i>	<i>Salade fermière</i> ☺ <i>Nuggets de poisson</i> <i>Purée de patates douces</i> ☺ <i>Fromage - fruit</i>
Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22
<i>Cœurs de palmier sauce César</i> ☺ <i>Rissolette de veau</i> <i>Coquillettes</i> bio ☺ <i>Fromage - fruit</i>	<i>Velouté de courgettes, chèvre et olives</i> ☺ <i>Sauté de dinde mexicaine</i> ☺ <i>Poêlée forestière aux bolets</i> <i>Fromage - pâtisserie</i>	<i>Salade Rachel (pomme, betterave, noix, endive)</i> ☺ <i>Petit salé / rôti de dinde aux lentilles</i> ☺ <i>Fromage</i> <i>Compote pomme / banane</i> bio	<i>Saucisson à l'ail / sardines</i> <i>Raviolis</i> <i>Salade verte</i> <i>Fromage - mousse noix de coco</i>	<i>Tartare de tomate et olives</i> ☺ <i>Filet de poisson au curry</i> ☺ <i>Riz basmati</i> ☺ <i>Fromage - fruit</i>
Lundi 25	Mardi 26 - menu espagnol	Mercredi 27	Jeudi 28	Vendredi 29
<i>Salade coleslaw</i> <i>Rôti de bœuf mayonnaise</i> <i>Frites</i> <i>Fromage - poires au sirop</i> bio	<i>Gaspacho de pastèque</i> ☺ <i>Tortillas au chorizo ou sans chorizo</i> ☺ <i>Churros de pommes de terre</i> <i>Crème catalane</i>	<i>Concombre sauce yaourt, menthe</i> ☺ <i>Œufs durs gratinés sce aurore</i> bio ☺ <i>Epinards en branches</i> ☺ <i>Fromage - pâtisserie</i>	<i>Potage Crécy</i> ☺ <i>Escalope cordon bleu</i> <i>Riz tomate</i> bio ☺ <i>Emmenthal</i> bio - fruit	<i>Salade fraîcheur aux endives</i> ☺ <i>Filet de poisson aux amandes</i> ☺ <i>Pennes huile d'olive et basilic</i> ☺ <i>Fromage - mousse smarties</i>

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)