

Menus du mois de février 2020

| Lundi 03 - menu végétarien | Mardi 04 | Mercredi 05 | Jeudi 06 | Vendredi 07 |
|---|--|--|--|---|
| <i>Ouf dur mayonnaise</i> <i>Chili sin carne</i> Riz Fromage frais aromatisé – banane | <i>Carottes râpées</i> <i>Nuggets de poulet</i> <i>Petits pois</i> Camembert – fruit BIO | <i>Salade de betteraves</i> <i>Sauté de porc</i> <i>Bâtonnets de légumes</i> et pâtes <i>Bûche de chèvre</i> – crème vanille | <i>Velouté de légumes variés</i> <i>Carbonade de bœuf</i> <i>Chou fleur vapeur</i> et p de t Fromage frais - fruit | <i>Salade verte</i> <i>Brandade de colin</i> <i>Crème anglaise</i> Gâteau fondant au chocolat |
| Lundi 10 | Mardi 11 | Mercredi 12 | Jeudi 13 | Vendredi 14 - menu végétarien |
| <i>Saucisson / sardines à l'huile</i> <i>Tajine d'agneau</i> Semoule Fromage - pâtisserie | <i>Radis beurre</i> <i>Emincé de poulet sauce poivrade</i> <i>Haricots verts</i> Gouda – mousse chocolat | <i>Velouté de légumes variés</i> <i>Rôti de bœuf froid et ketchup</i> <i>Purée potimarron</i> , p de t <i>Yaourt aromatisé - fruit</i> | <i>Concombre vinaigrette</i> <i>Pavé de colin d'Alaska pané</i> <i>Poêlée de légumes</i> et p d t Fromage à tartiner – cocktail fruits au sirop | <i>Betteraves sauce fromage blanc</i> <i>Boulettes de soja sauce tomate</i> Coquillettes Fromage frais – fruit BIO |
| Lundi 17 | Mardi 18 | Mercredi 19 | Jeudi 20 - menu végétarien | Vendredi - 21 |
| <i>Velouté de potiron</i> <i>Choucroute de volaille</i> Pommes de terre Fromage frais – pain d'épice | <i>Laitue iceberg</i> <i>Hachis Parmentier du potager</i> (3 légumes) au bœuf <i>Tomme</i> <i>Purée pomme/banane</i> BIO | <i>Rillettes de thon</i> <i>Bœuf bourguignon</i> <i>Duo de carottes jaune, orange</i> et p de t <i>Munster - fruit</i> | <i>Betteraves moutardée à l'ancienne</i> <i>Tarte au fromage</i> <i>Haricots beurre</i> Fromage à tartiner AFH - kaki | <i>Carottes et chou rouge rémoulade</i> <i>Colin d'Alaska et moules scc</i> crémeuse <i>Riz et fondue de poireaux</i> Yaourt sucré – tourteau fromager |
| Lundi 24 | Mardi 25 - menu végétarien | Mercredi 26 | Jeudi 27 | Vendredi 28 |
| <i>Velouté de carottes</i> <i>Sauté de bœuf Stroganoff</i> Mezze penne Fromage frais - fruit | <i>Céleri rémoulade</i> <i>Palets fromager emmenthal</i> <i>Lentilles et carottes</i> <i>Yaourt aromatisé – moelleux</i> chocolat | <i>Salade piémontaise à la volaille</i> <i>Cassolette de la mer</i> (colin et quenelle de brochet) <i>Beignets chou fleur, brocolis</i> <i>Carré de l'Est - fruit</i> | <i>Salade verte</i> <i>Emincé de volaille kébab</i> Frites mayo, ketchup <i>Emmenthal à la coupe – purée de pomme</i> BIO | <i>Taboulé</i> <i>Poêlée colin doré au beurre</i> <i>Gratin d'épinards</i> et p de t Fromage à tartiner - fruit |

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

Produits laitiers
(protéines, calcium, vitamines)

Féculents
(glucides complexes, protéines, vitamines, fibres)

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

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

Origine des viandes : française sauf agneau

Sous réserve de modifications