

Menus du mois de mars 2020

Lundi 02	Mardi 03	Mercredi 04	Jeudi 05	Vendredi 06 - menu végétarien
Salade Coleslaw Emincé de poulet jus aux herbes Chou fleur et pommes de terre Fromage – liégeois chocolat	Pâté de campagne / roulade de volaille Colin d'Alaska sauce armoricaine Semoule Yaourt sucré – fruit BIO	Crêpes au fromage Rôti de bœuf, mayonnaise Haricots verts Fromage - fruit	Concombre sauce menthe Haché de veau sauce paprika Gratin de p de t Gélifié vanille - brownie	Laitue iceberg Omelette au fromage Riz, ratatouille Fromage – pêches au sirop
Lundi 09	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12 - menu végétarien	Vendredi 13
Betteraves vinaigrette Lasagnes au bœuf Petit fromage frais aromatisé Fruit	Carottes râpées Jambon supérieur Purée de brocolis, p de t Fromage – purée de pommes BIO	Tomates sauce basilic Goulash de bœuf Riz et salsifis Fromage – tarte aux pommes	Velouté de légumes variés Couscous végétarien Semoule Fromage - fruit	Céleri rémoulade Beignets de calamar et citron Petits pois, carottes Fromage – flan vanille caramel
Lundi 16	Mardi 17 - menu végétarien	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi - 20
Friand Rôti de porc / poulet sauce moutarde Tortis Fromage - fruit	Salade de maïs et tomate Palets fromager au chèvre Carottes sce blanche au curry, p d t Fromage – crème chocolat	Pâté de campagne / mousse volaille Sauté de bœuf sce grand veneur Purée de céleri, p de t Fromage - fruit	Velouté de légumes verts Aiguillette de poulet au curry Blé Fromage - yaourt	Carottes râpées Poêlée de colin doré au beurre Haricots verts et beurre Fromage – gaufre au sucre
Lundi 23 - menu végétarien	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27
Céleri rémoulade Tarte méditerranéenne Carottes et p de t Fromage - fruit	Tomates cerises Assiette tex-mex Pommes campagnardes, ketchup Fromage – cake pépites chocolat	Salade verte Tartiflette Fruit BIO	Velouté de légumes Sauté de bœuf aux petits légumes Farfalles Fromage – crème dessert	Œuf dur mayonnaise Colin pané, citron Haricots verts Fromage - 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