

# Menus du mois de mars 2021

SOUS REDERVES DE MODIFICATIONS

<b>Lundi 01</b> <i>Saucisson à l'ail / betteraves</i> <i>Sauté de veau Marengo</i> <i>Haricots beurrés</i> <i>Bûche de chèvre - clémentine</i>	<b>Mardi 02</b> <i>Radis au beurre</i> <i>Steack haché</i> <i>Gratin de chou fleur</i> <i>Camembert - fruit</i>	<b>Mercredi 03</b> <i>Salade piémontaise</i> <i>Côte de porc / dinde</i> <i>Carottes Vichy</i> <i>Crème vanille - pomme</i>	<b>Jeudi 04 - menu végétarien</b> <i>Potage de légumes</i> <i>Pané de blé aux épinards</i> <i>Poêlée de légumes forestiers</i> <i>Brie – orange sanguine BIO</i>	<b>Vendredi 05</b> <i>Salade verte et croutons</i> <i>Cabillaud au lait de coco</i> <i>Riz</i> <i>Yaourt aux fruits - banane</i>
<b>Lundi 08</b> <i>Tarte aux poireaux</i> <i>Steack à l'échalote</i> <i>Petits pois</i> <i>Fromage - pomme</i>	<b>Mardi 09 - menu végétarien</b> <i>Salade verte</i> <i>Lasagnes de légumes</i> <i>Crème anglaise</i> <i>Fondant au chocolat</i>	<b>Mercredi 10</b> <i>Pomelos</i> <i>Eufs Mornay</i> <i>Purée d'épinards</i> <i>Yaourt – banane BIO</i>	<b>Jeudi 11</b> <i>Salade de p de t au thon</i> <i>Paupiette de veau au jus</i> <i>Poêlée forestière</i> <i>Camembert – orange</i>	<b>Vendredi 12</b> <i>Salade de tomate huile d'olives</i> <i>Filet de lieu sauce beurre blanc</i> <i>Riz pilaf</i> <i>Crème chocolat – compote</i>
<b>Lundi 15</b> <i>Tarte au fromage</i> <i>Tajine de dinde</i> <i>Semoule</i> <i>Babybel – salade de fruits</i>	<b>Mardi 16 - menu végétarien</b> <i>Nems de volaille, salade</i> <i>Omelette au gruyère</i> <i>Purée de brocolis</i> <i>Carré de l'est - kiwi</i>	<b>Mercredi 17</b> <i>Salade d'endives</i> <i>Bœuf bourguignon</i> <i>Pommes de terre vapeur</i> <i>Ail et fines herbes BIO - pomme</i>	<b>Jeudi 18</b> <i>Potage de poireaux</i> <i>Poulet rôti aux herbes</i> <i>Gratin dauphinois</i> <i>Bleu – banane</i>	<b>Vendredi 19</b> <i>Céréales à l'indienne</i> <i>Filet de poisson meunière</i> <i>Haricots verts</i> <i>Fromage – mousse coco</i>
<b>Lundi 22</b> <i>Salade jamaïcaine</i> <i>Chili con carné</i> <i>Riz</i> <i>Brie – prune BIO</i>	<b>Mardi 23 - menu végétarien</b> <i>Carottes râpées</i> <i>Tartiflette</i> <i>Yaourt</i> <i>Compote de fruits</i>	<b>Mercredi 24</b> <i>Tomates au thon</i> <i>Escalope cordon bleu</i> <i>Haricots plats</i> <i>St-Nectaire - kiwi</i>	<b>Jeudi 25</b> <i>Potage à la citrouille</i> <i>Saucisse de Toulouse</i> <i>Lentilles à la graisse de canard</i> <i>Emmenthal - pomme</i>	<b>Vendredi 26</b> <i>Avocat</i> <i>Filet de poisson aux épices</i> <i>Pommes de terre persillées</i> <i>Yaourt aux fruits - banane</i>
<b>Lundi 29</b> <i>Croisillon à l'emmental</i> <i>Escalope viennoise</i> <i>Duo de haricots</i> <i>Fromage – fruit BIO</i>	<b>Mardi 30 - menu végétarien</b> <i>Céleri rémoulade et pomme verte</i> <i>Palet fromager</i> <i>Fromage</i> <i>Fruit</i>	<b>Mercredi 31</b> <i>Tomates persillées</i> <i>Omelette au fromage</i> <i>Purée orange</i> <i>Fromage – compote de pommes</i>	<b>Jeudi 01</b> <i>Saucisson sec / volaille</i> <i>Emincé de veau zurichoise</i> <i>Jardinière de légumes</i> <i>Fromage – beignet à la fraise</i>	<b>Vendredi 02</b> <i>Salade scandinave (saumon)</i> <i>Brandade de morue</i> <i>Brie</i> <i>Salade de fruits</i>

*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