

Menus du mois de novembre 2021

SOUS RESERVES DE MODIFICATIONS

| Lundi 01 | Mardi 02 | Mercredi 03 | Jeudi 04 - menu végétarien | Vendredi 05 |
|---|--|---|---|---|
| <i>Férié</i> | <i>Concombre à la bulgare</i> <i>Escalope milanaise</i> <i>Duo de chou, brocolis</i> <i>Yaourt – pâtisserie</i> | <i>Œufs durs mayonnaise</i> <i>Saucisse de Toulouse / dinde</i> <i>Lentilles</i> <i>Fromage - fruit</i> | <i>Bouillon de volaille, vermicelle</i> <i>Samoussa aux légumes</i> <i>Riz cantonnais</i> <i>Yaourt Bio – galettes St-Michel</i> | <i>Carottes râpées</i> <i>Nuggets de poisson</i> <i>Haricots verts</i> <i>Crème pistache - fruit</i> |
| Lundi 08 | Mardi 09 | Mercredi 10 - menu végétarien | Jeudi 11 | Vendredi 12 |
| <i>Friand au fromage</i> <i>Aiguillettes de poulet aigre doux</i> <i>Petits pois</i> <i>Fromage – compote de fruit</i> | <i>Salade verte, vinaigrette</i> <i>Tartiflette</i> <i>Yaourt</i> <i>Fruit Bio</i> | <i>Tomates concassées, tortillas</i> <i>Quenelles nature</i> <i>Coquillettes</i> <i>Fromage – tarte aux fruits</i> | <i>Férié</i> | <i>Salade niçoise</i> <i>Poisson au citron</i> <i>Carottes Vichy</i> <i>Fromage - fruit</i> |
| Lundi 15 | Mardi 16 - menu végétarien | Mercredi 17 | Jeudi 18 | Vendredi 19 |
| <i>Salade de cœurs d'artichauts</i> <i>Lasagnes</i> <i>Salade verte</i> <i>Yaourt Bio - fruit</i> | <i>Salade d'endives</i> <i>Croq légumes, soja, blé</i> <i>Printanière de légumes</i> <i>Fromage – pâtisserie</i> | <i>Radis, beurre</i> <i>Wings de poulet</i> <i>Potatoes</i> <i>Fromage – cerises Griottes</i> | <i>Salade de betteraves</i> <i>Haut de cuisse de poulet rôtie</i> <i>Purée d'épinards</i> <i>Fromage - compote de bananes</i> | <i>Taboulé</i> <i>Filet de merlu</i> <i>Chou fleur à la crème</i> <i>Entremet - fruit</i> |
| Lundi 22 | Mardi 23 | Mercredi 24 | Jeudi 25 - menu végétarien | Vendredi 26 |
| <i>Quiche Lorraine</i> <i>Sauté de lapin sauce chasseur</i> <i>Poêlée 4 légumes</i> <i>Fromage – fruit Bio</i> | <i>Poireaux sauce mousseline</i> <i>Escalope de porc / dinde sce aux poivrons</i> <i>Purée verte</i> <i>Flan – pâtisserie</i> | <i>Macédoine de légumes</i> <i>Veau Marengo</i> <i>Pommes de terre vapeur</i> <i>Fromage - fruit</i> | <i>Pomelos</i> <i>Couscous aux falafels</i> <i>Fromage</i> <i>Salade de fruits</i> | <i>Samoussa aux légumes</i> <i>Filet de lieu sauce beurre blanc</i> <i>Fondue de poireaux</i> <i>Fromage - fruit</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