

MOIS : septembre - SEMAINE N° : 36
SEMAINE DU : lundi 02 septembre au vendredi 06 septembre 2013

DEJEUNER	LUNDI 02	MARDI 03	MERCREDI 04	JEUDI 05	VENDREDI 06
Entrées au choix		taboulé	salade de pâtes	salade corse (coppa)	concombre bulgare
		salade de riz niçoise		melon jambon cru	salade verte mozzarella
Plats au choix		côte de porc aux épices	filet de lieu sauce bouillabaisse	spaghetti	omelette
		1/2 coquelet rôti		carbonara	saucisse toulouse
Garnitures au choix		fricassée de légumes à la bretonne	printanière de légumes	pâtes	petis pois à la française
		chou fleur polonaise		aux moules	écrasé pomme de terre bio
Produit laitier		petits suisses naturels	saint nectaire	cantal	île flottante
Desserts au choix			petits suisses aux fruits	raisin	
				salade de fruits	mousse chocolat

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée		carottes rapées	velouté aux asperges	salade far west (chou rouge, maïs, tabasco)
Plat		paupiette de veau aux champignons	agneau confit	poisson pané
Garniture		perli'blé	semoule	chou romanesco
Produit laitier		fromage blanc	fromage 100-150mg ca	fromage 100-150mg ca
Dessert			banane	tartelette aux fruits

bonne rentrée !

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

MOIS : septembre - SEMAINE N° : 37
SEMAINE DU : lundi 09 septembre au vendredi 13 septembre 2013

					menu bio
DEJEUNER	LUNDI 09	MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12	VENDREDI 13
Entrées au choix	salade de efly mais et tomate	crevettes mayonnaise salade	radis	rosette ou jambon blanc	salade de tomate bio
	salade de pois chiche	œuf mimosa salade (mayonnaise maison)	beurre	sardine maïs	salade verte bio
Plats au choix	sauté de bœuf poivron	fricassée atlantique	pomme de terre et	aioli	hachis
	escalope volaille crème au citron	timbale fruits de mer			parmentier bio
Garnitures au choix	haricots verts	risotto au parmesan	artichauts	maison	pâtes
	salsifis à la sicilienne	cœur de blé	barigoules (farce bœuf)		bolognaïses bio
Produit laitier	roquefort	saint bricet	fromage >150mg ca	buche du pilat	yaourt bio au sucre de canne
Desserts au choix	glace	fraises chantilly	cake au chocolat	prune	salade de fruits bio
		banane	maison	figue	compote bio
					<i>pain bio</i>

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	tartelette aux épinards et au chèvre	salade verte	poireau vinaigrette	pomelos
Plat	filet de poisson rôti	tranche de gigot	blanquette de veau	escalope de volaille
Garniture	pomme vapeur	aubergines à la tomate	riz	épinards à la crème
Produit laitier	fromage >150mg ca	fromage >150mg ca	fromage >150mg ca	fromage >150mg ca
Dessert	ananas	danette chocolat	raisin	flan caramel

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

MOIS : septembre - SEMAINE N° : 38
SEMAINE DU : lundi 16 septembre au vendredi 20 septembre 2013

DEJEUNER	LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18	alternative végétale	VENDREDI 20
				JEUDI 19	
Entrées au choix	salade verte surimi	soupe au pistou	tartare de tomate	salade mikado (tomate, betterave, celeri)	flammekuche
	radis	salade bicolore chou-fleur/mache		tomates mozarella	feuilleté fromage
Plats au choix	émincé de boeuf aux oignons	darne de saumon à l'oseille	osso bucco	galette de tofu	alouette provençale
	omelette à la tomate	poisson pané		nems de tofu	brochette de dinde grillée
Garnitures au choix	courgettes et champignons sautés	pépinettes au basilic	gnocchi	nouilles chinoises aux légumes	carottes vichy
	poelée arlésienne (avec penne)	céréales gourmandes		riz cantonais	gratin de blettes fraîches
Produit laitier	cantadou ail fines herbes	comté portion	yaourt	tomme pyrénéenne	babybel
Desserts au choix	yaourt aux fruits	raisin	pomelos	cake chocolat maison	pasteque
	fromage blanc vanille	fraises		tartelette ananas bigarreau	prune

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	poivrons à la juive	pâté de campagne	salade verte	salade composée
Plat	chili	roti de dinde	brochette d'agneau	lasagnes saumon épinards
Garniture	con carné	aubergines parmesane	printanière de légumes	(koulibiak)
Produit laitier	fromage >150mg ca	petit suisse	fromage >150mg ca	yaourt
Dessert	melon	kiwi	chou chantilly	compote

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

MOIS : septembre - SEMAINE N° : 39
SEMAINE DU : lundi 23 septembre au vendredi 27 septembre 2013

DEJEUNER	LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENDREDI 27
Entrées au choix	avocat vinaigrette	salade haricots verts emmental	salade roquefort	salade andalouse	salade de pâtes
	salade far west	betteraves aux pommes		gaspacho	taboulé à la menthe
Plats au choix	roti de bœuf au jus de thym	steak haché sauce marchand de vin	khebab de dinde		poulet bio tex mex
	jambon grillé	pilon poulet basquaise		paella	tranche de gigot
Garnitures au choix	cordiale de légumes	frites	brocolis a la crème		gratin de chou fleur
	haricots plats à l'ail	pommes noisette			purée de courgettes (+50%)
Produit laitier	kiri	pont lèveque	yaourt	cuajada (flan yaourt fleur orange) crème catalane au zeste d'orange	petit suisse
Desserts au choix	glace	melon			fraises
		prune			pastèque

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	salade verte maïs	salade de pâtes surimi	pomelos	salade de tomates
Plat	crevettes sautées à l'ail	omelette au fromage	cordon bleu	rôti de dinde francomtois
Garniture	polenta	courgettes à la tomate	petits pois	champignons en persillade
Produit laitier	fromage 100-150 mg ca	yaourt nature sucré	fromage 100-150 mg ca	yaourt
Dessert	banane	kiwi	figue	compote mirabelle

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

MOIS : septembre-octobre - SEMAINE N° : 40
SEMAINE DU : lundi 30 septembre au vendredi 04 octobre 2013

DEJEUNER	menu créole				
	LUNDI30	MARDI 01	MERCREDI 02	JEUDI 03	VENDREDI 04
Entrées au choix	melon	asperges	concombre vinaigrette	acras de morue	tomates au basilic
	carpaccio de champignons	salade de betteraves		beignet de crevette	carottes rapées
Plats au choix	cuisse de canette	quenelle volaille sauce poulet	poisson en papillote	saucisse rougail	palette à la diable
	brouillade espagnole	cote de porc charcutière		sauté de poulet lait de coco curry	brochette de dinde
Garnitures au choix	petits pois carottes	duo de carottes jaune et orange	purée de légumes	riz créole	frites
	haricots beurre	chou romanesco à la tomate		purée de magnoc (selon appro)	pommes noisettes
Produit laitier	fromage blanc coulis fruits rouges	morbier	chamois d'or	yaourt sucre de canne	six de savoie
Desserts au choix		yaourt à la grecque	fraises (sous réserve appro)	salade de fruits	salade ananas mangue
		banane	litchi et banane au sirop et zeste de citron vert		liegeois abricot/framboise

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	salade verte	chou chinois	salade verte fromage	artichaut vinaigrette
Plat	pavé de saumon rôti	escalope de dinde roulée au fromage	tranche de gigot	ravioli
Garniture	ecrasé ptd	coquillettes	snap peas	au bœuf
Produit laitier	fromage > 150mg ca	yaourt	fromage > 150mg ca	petit suisse au fruit
Dessert	semoule au caramel	ananas	tartelette chocolat	pomme

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

MOIS : octobre - SEMAINE N° : 41
SEMAINE DU : lundi 07 octobre au vendredi 11 octobre 2013

DEJEUNER	LUNDI 07	MARDI 08	MERCREDI 09	JEUDI 10	VENDREDI 11
Entrées au choix	salade au bleu	melon	carottes rapées	salade de riz	salade de tomate
	salade verte au thon	salade de concombre		taboulé	radis beurre
Plats au choix	alouette forestiere	lieu au four	bocchonccini de volaille	roti de boeuf	cappelletti
	colombo de porc	céréales gourmandes aux légumes		sot l'y laisse	à l'italienne
Garnitures au choix	haricots plats	parmentier	pomme au four crème ciboulette	choux de bruxelles	macaronade
	escalivada	de poisson		minestrone	aux champignons
Produit laitier	yaourt	roitelet portion	chaource	brie	velouté fraise
Desserts au choix	gaufre chantilly	glace	fraises (selon appro)	raisin	pomme au miel au four
	gaufre sucre			banane	abricot vanille

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	terrines de légumes	tarte au fromage blanc	salade d'endives	haricots verts
Plat	rôti de veau	cuisse de poulet	crevettes sautées à l ail	chili
Garniture	gratin de crozets	poelée arlésienne	crosnes	con carné
Produit laitier	fromage > 150mg ca	fromage 100-150mg ca	yaourt	yaourt
Dessert	raisin	prune	purée de pomme bio	ananas

prod.laitier	protéine	cuidités	crudités	féculents	matières grasses
--------------	----------	----------	----------	-----------	------------------

MOIS : octobre - SEMAINE N° : 42
SEMAINE DU : lundi 14 octobre au vendredi 18 octobre 2013

SEMAINE DES SAVEURS

menu bio

DEJEUNER	LUNDI 14	MARDI 15	MERCREDI 16	JEUDI 17	VENDREDI 18
Entrées au choix	croque monsieur	crumble de légumes au parmesan	concombre tsaziskis	salade niçoise	rapés de radis noir, céleri, carotte
	feuilleté fromage	macédoine vinaigrette		tomates brousse à la menthe	duo céleri branche, rave mayo moutarde
Plats au choix	nuggets de poulet	filet de hoki au citron	sauté de bœuf	steak grillé	porc bio
	saucisse toulouse	pavé de saumon		cuisse pintade grillée	volaille bio
Garnitures au choix	tian de légumes maison	gnocchi al pesto	macaroni	world mix marrakesh	chou fleur bio
	gratin de potiron	semoule aux legumes		haricots verts	à déterminer
Produit laitier	gouda	tomme catalane		cantal	laitage bio
Desserts au choix	poire au chocolat	salade d'orange au gingembre* confit	smoothie banane	riz quinoa* au lait vanille raisin	à déterminer
	salade de pomme à la cannelle *	pasteque		semoule au lait	à déterminer

pain bio

DINER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Entrée	céleri rave	salade verte	carottes rapées	quiche lorraine
Plat	brochette de bœuf	cuisse de poulet rôtie	rofi de veau sauce champignon	sauté de dinde
Garniture	pommes duchesse	haricots plats	poêlée bretonne	petit épeautre
Produit laitier	fromage>150mg ca	fromage>150mg ca	fromage>150mg ca	fromage blanc
Dessert	raisin	éclair au chocolat	flamby	fruit

bonnes vacances !

prod.laitier

protéine

cuidités

crudités

féculents

matières grasses

* produits présentés sous forme de plaquettes affichées dans les restaurants scolaires