

Le menu des restaurants scolaires

Octobre 2019

Lundi

30 septembre

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

1

Menu Alternatif 2

3

4

Salade Campagnarde ● Brochettes de dinde Petit pois au jus Yaourt à la vanille	Betteraves BIO Bœuf à la Provençale Rösti de légumes Fromage BIO Fruit	Carottes râpées – olives noires Falafels ● maison sauce yaourt Mélange 5 céréales Flan caramel BIO	Salade Cow-boy Chipolatas * Coquillettes BIO + râpé Fruits au sirop	Gaspacho + croûtons Poisson pané + citron Haricots verts BIO Fromage BIO Banane BIO
---	--	--	---	--



Ma cantine a du goût !

Les menus sont composés
par la diététicienne de la
cuisine centrale, M.H.
Gozioso :

Des menus équilibrés et
variés

Fruits et légumes de saison,
viande, poisson ou œufs,
laitage ou fromage

Des produits de qualité

Produits issus de l'agriculture
biologique, absence
d'OGM, faibles additifs
alimentaires, apport
nutritionnel de qualité,
traçabilité des viandes...



Nos restaurants scolaires
se sont engagés contre
le gaspillage alimentaire

I.G.P *: Indication Géographique
Protégée

Semaine Nationale du Goût : le Tour des Régions

Menu Alternatif

Camargue 7	Normandie 8	Nord 9	Bretagne 10	Basque 11
Gardianne de Taureau de Camargue Riz de Camargue (I.G.P)* Raisins BIO Fougasse d'Aigues-Mortes	Soupe de carottes Escalope de poulet Normande Purée et pomme-fruit Camembert Crêpe au sucre	Chicons (endives) Boulette au bœuf en Carbonade Frites Gouda BIO Compote BIO + spéculoos	Salade de pâtes aux cœurs d'artichauts Galette sarrasin (jambon-fromage) * Gratin de choux bicolores Œufs au lait, jus de pomme	Pois chiches Catalane Tortilla aux pommes de terre Ratatouille Crème vanille BIO Pruneaux
14	15	16	Menu Alternatif 17	18
Radis-beurre Paupiette de veau à la moutarde Haricots beurrés Yaourt aromatisé	 Journée contre le Gaspillage Alimentaire Menu composé par les enfants	Œufs durs + mayonnaise Filet de cabillaud sauce aux agrumes Purée au potiron Fromage Mousse chocolat	Salade de lentilles au cantal, hachis Parmentier du jardin (pommes de terre et légumes), yaourt nature BIO + sucre, salade de fruits	Taboulé Rosbeef aux champignons Beignets de légumes Fromage BIO Fruit

Vacances scolaires

21	22	23	24	25
Melon d'hiver Tajine d'agneau Printanière de légumes Yaourt aux fruits BIO	Potage de légumes Brochette de poisson Meunière, riz Cantonais Fromage BIO Fruit	Salade Niçoise Merguez à la tomate Boulgour BIO Fromage Pomme cuite "maison"	Salade Iceberg Rôti de porc * au jus Gratin de courgettes Fromage Pâtisserie	Pizza au fromage Wings Carottes BIO au beurre Fromage Fruit BIO

● Falafels "maison": recette traditionnelle à base de pois-chiches ● Salade Campagnarde : pâtes perles, tomates, maïs, fromage, vinaigrette

L'équipe de la cuisine centrale se réserve le droit de modifier les menus en cas de problème d'approvisionnement. Pour toutes remarques et suggestions,

Contactez-nous à : cuisine.centrale@terredecamargue.fr ou au 04.66.53.29.43

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc