

Le menu des restaurants scolaires

Octobre 2015



Lundi 28 sept	Mardi 29 sept	Mercredi 30 sept	Jeudi 1 octobre	Vendredi 2 octobre
Radis-beurre Cordon bleu Petits pois BIO au beurre Fromage Fromage blanc + sucre	Crêpes au fromage Cubes de colin sauce "crustacés" Purée Fromage, fruit	Salade de riz "sombbrero" ● Cuisse de pintade aux olives, carottes sautées Fromage Fruit	Lentilles vinaigrette Cervelas Obernois * Poêlée maraichère Yaourt nature + sucre Jus de pomme	Salade verte + noix et fromage Bœuf à la Provençale Coquillettes + râpé Crème chocolat
5 octobre	6 octobre	7 octobre	8 octobre	9 octobre
Macédoine Fricadelle sauce curry Polenta Fromage Yaourt pêche BIO	Carottes râpées Cuisse de poulet Beignets de courgettes Fromage Compote	Charcuterie * + olives vertes Rosbeef + ketchup Pâtes à la tomate Fromage Fruit	Salade verte Choucroute * (pommes de terre-chou) Flan	Pizza Poisson pané + citron Poêlée ratatouille Fromage Banane
Fête du Goût « Tour du monde des saveurs »				
Maroc 12 octobre	Espagne 13 octobre	Grèce 14 octobre	Outre-mer 15 octobre	Vietnam 16 octobre
Couscous "Royal" (agneau-merguez-poulet- boulette) Assortiment de fruits et fruits secs	Melon jaune Tortillas "maison" (pomme de terre/oignon) Salade verte, fromage Donuts	Houmous + croûtons Moussaka "maison" Yaourt à la Grecque + sucre	Samoussas ● (sur lit de salade) Rougail saucisse * Riz, haricots rouges Ananas	Salade "Vietnamienne" ● Brochettes de poulet au soja, poêlée de nouilles et légumes Barre glacée "Coco"
Vacances 19 octobre	Vacances 20 octobre	Vacances 21 octobre	Vacances 22 octobre	Vacances 23 octobre
Quiche lorraine * Nuggets de poulet Printanière Fromage BIO Fruit	Œufs durs + mayo. Seiches à la tomate Blé (Ebly) Yaourt nature + sucre	Pamplemousse Veau Marengo Pommes noisettes Fromage Carré framboise	Potage de légumes Rôti de porc * Haricots blancs façon cassoulet Fromage et fruit BIO	Carottes râpées-mais Boules de bœuf au curry Poêlée de légumes Mousse de chocolat Biscuit
Vacances 26 octobre	Vacances 27 octobre	Vacances 28 octobre	Vacances 29 octobre	Vacances 30 octobre
Pois-chiches en salade Poulet aux champignons Choux fleurs sautés Yaourt à boire Pruneaux au sirop	Crudités variées Escalope de dinde sauce au bleu et pommes de terre BIO au four Flan vanille	Taboulé aux raisins Jambon sauce Madère * Carottes vapeur Fromage BIO Salade de fruits frais	Haricots verts-tomates Poisson pané "maison" Pâtes au beurre Fromage Pomme au four	Endives Rosbeef + ketchup Flan de légumes Fromage Paris-Brest

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

BIO : Agriculture biologique

* Préparation contenant du porc