



MENUS NOVEMBRE 2018 ECOLE ET CENTRE DE LOISIRS



Menus élaborés par
notre diététicienne

Semaine du 5 au 9 Novembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Betteraves rouges aux fines herbes	Riz au surimi (tomate, estragon)	Carottes râpées	Macédoine mayonnaise	Concombre persillé
Grillade de porc au basilic	Emincé de poulet au cumin	Macaronis à la Bolognaise	Sauté de veau aux olives	Médailillon de merlu à l'aneth
Lentilles de Civaux	Haricots verts sautés		Semoule Bio	Poêlée de julienne de légumes
Emmental	Flan caramel	Vache qui rit	Yaourt aromatisé	Chèvre fermier
Pomme	Benoitine	Dés de pêches au naturel	Clémentine	Pâtisserie (Gâteau basque)

Semaine du 12 au 16 Novembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Céleri rémoulade	Pâtes au thon (tortis, thon, tomate, fines herbes)	Salade Delmonico (Salade, œuf dur, jambon, emmental)	Velouté poireaux pommes de terre	Chou blanc crème ciboulette
Mitonné de porc à la coriandre	Sauté de lapin à la moutarde	Rôti de bœuf à l'échalote	Paupiette de dinde grillée	Filet de limande aux agrumes
Petits pois	Brocolis persillés	Pommes de terre rissolées	Poêlée de carottes et panais frais	Riz pilaf bio
Edam	Fromage blanc sucré fermier	Petit suisse nature + sucre	Camembert	Cantal
Kiwi	Petit gâteau sec "Petit beurre"	Compote pomme banane	Pâtisserie maison (Gâteau Marbré)	Poire

Semaine du 19 au 23 Novembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Betteraves crues râpées	Haricots verts persillés	Pamplemousse + sucre	Rillettes et cornichons	Taboulé
Sauté de dinde au curcuma	Haché d'agneau sauce brune	Rôti de porc au jus corsé	Pot au feu	Cœur de colin à la dieppoise
Blé aux petits légumes	Pâtes fraîches	Gratin de chou fleur	Légumes du pot au feu (pomme de terre, carottes, navet frais)	Epinards à la crème
Petit suisse aromatisé	Emmental râpé	Mousse au chocolat	Chèvre fermier	Tomme des Pyrénées
Cocktail de fruits	Pomme	Spéculoos	Banane	Pâtisserie (Chou vanille)

Semaine du 26 au 30 Novembre 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salade Bavaroise (Pommes de terre, jambon, emmental)	Chou rouge au maïs	Endives persillées	Brocolis mimosa	Carottes râpées
Filet de poulet à la ciboulette	Chipolatas grillée	Blanquette de dinde à l'ancienne	Mitonné de bœuf au paprika	Poisson pané + citron
Poêlée de salsifis à la tomate	Purée de potiron	Riz blanc	Boullgour bio	Poêlée d'haricots beurre
Yaourt nature fermier	Cotentin ail et fines herbes	Saint Nectaire	Entremet au chocolat au lait entier fermier	Brie
Compote de poires	Kiwi	Salade de mirabelles	Clémentine	Pâtisserie maison (Tarte aux pommes)

Les viandes bovines sont d'origine française (pour confirmation, se référer à l'affichage donné le jour même du menu)

Viande/Poisson/Œuf=Protéines **Féculents/Céréales/Pain=Glucides** **Légumes/Fruits crus et cuits=Vitamines, minéraux, fibres** **Lait/Produits laitiers=Calcium**

