MENUS '4 SAISONS'

Menus Scolaires SIVOM EST GESSIEN - 40% Bio

	Du 30 août AU 03 septembre	Du 06 septembre AU 10 septembre	Du 13 septembre AU 17 septembre	Du 20 septembre AU 24 septembre
Lundi	Pastèque	Salade de pommes de terre BIO	Betteraves BIO en salade	Macédoine BIO vinaigrette
	Colombo de porc IGP du Jura*	Sauté de bœuf sauce tomate Bellegarde sur Valserine (01)	Sauté de volaille BIO au thym	Chili sin carne BIO**
	Colombo de poisson	*Colin MSC sauce tomate*	*Croc'tofu BIO*	
	Potatoes	Haricots verts persillés	Purée de pommes de terre BIO	
	Petit suisse aromatisé BIO	Fromage blanc Beurrerie coq d'Or (01)	Verchicors BIO Laiterie Mont-Aiguille (38)	Emmental BIO
	Cocktail de fruits	Fruit de saison	Fruit de saison BIO	Fruit de saison BIO
Mardi	Salade de maïs	Melon	Salade verte Légumerie d'Ici	Concombres en salade Légumerie d'Ici
	Wings de poulet Label Rouge	Tajine d'agneau	Bœuf bourguignon RAV Bellegarde sur Valserine (01)	Saucisse de volaille BIO au jus
	Boulettes de blé, tomate, mozzarella	*Filet de lieu sauce orientale*	*Boulettes de lentilles*	*Nuggets de poisson*
	Epinards BIO et croûtons	Semoule BIO	Torti	Poêlée de légumes (carottes, haricots verts…)
	Carré frais (01)	Brique de vache	Saint Nectaire AOP (63)	Petit suisse aromatisé
	Flan vanille nappé caramel	Abricots au sirop	Fruit de saison BIO	Tarte au flan
Mercredi	Salade de blé BIO à la tomate	Concombre sauce bulgare Légumerie d'Ici	Salade de haricots verts BIO	Salade de pâtes BIO
	Filet de colin pané et citron	Chipolatas au jus*	Paëlla au poulet BIO**	Blanquette de veau Rhône Alpes
		Pané de blé, fromage et épinards	*Paëlla au poisson**	*Pavé fromager*
	Chou fleur persillé	Macaroni Alpina Savoie		Carottes fraîches persillées
	Brie	Pavé d'Affinois (42)	Coulommiers BIO	Tomme grise d'Auvergne (03)
	Fruit de saison	Compote pommes bananes BIO du chef	Flan BIO du chef à la vanille	Compote de pommes
Jeudi	Tomate BIO croq'sel	Salade de coquillettes BIO Alpina Savoie	Céleri vinaigrette Légumerie d'Ici	Salade verte Légumerie d'Ici vinaigrette moutarde de Dijon
	Ravioli épinards ricotta sauce verte BIO**	Filet de poisson sauce curry	Colin sauce citron	Poulet Label Rouge Gaston Gérard
				Quenelles sauce forestière
		Courgettes fraîches béchamel	Chou fleur béchamel	Ecrasé de pommes de terre fraîches
	Cantal BIO AOP (15)	Meule fermière des Bauges (73)	Yaourt BIO fermier Gaec Grange Mathieu (01)	Comté BIO AOP
	Compote de pommes BIO	Gâteau de chef aux pommes	Brownie du chef	Compote de pommes cassis
Vendredi	Carottes râpées Légumerie d'Ici	Salade de tomates BIO	Taboulé de quinoa	Salade de boulghour
	Sauté de veau marengo Rhône Alpes	Dahl de lentilles et boulghour BIO**	Omelette BIO au fromage	Colin sauce oseille
	Saumon marengo			
	Riz créole		Ratatouille fraîche	Haricots verts BIO à l'ail
	Yaourt fermier aux fruits de la ferme de Corly (74)	Camembert BIO	Brie	Edam
	Fruit de saison BIO	Crème dessert BIO	Fruit de saison	Fruit de saison

LE MARCHÉ DE MON FERMIER EN BOURGOGNE

	Du 27 septembre AU 01 octobre	Du 04 octobre AU 08 octobre	Du 11 octobre AU 15 octobre	Du 18 octobre AU 22 octobre
Lundi	Salade de choux-fleurs	Radis beurre	Salade de maïs BIO au **curry**	Salade de blé BIO
	Lieu sauce ciboulette	Diot de Savoie de Bonneville (74)	Calamars à la romaine sauce **tartare**	Poulet BIO au thym
		Omelette au fromage		*Croc'tofu BIO*
	Pommes vapeur BIO	Chou vert frais, Pommes de terre (façon potée)	Carottes fraîches au **cumin**	Haricots verts BIO persillés
	Yaourt nature fermier de Clarafond Arcine (74)	Carré du Trièves BIO Laiterie Mont-Aiguille	Fromage **ail et fines herbes**	Yaourt BIO fermier Gaec Grange Mathieu (01)
	Fruit de saison	Muffin au chocolat	Fruit de saison BIO	Fruit de saison BIO
Mardi	Salade de pâtes BIO	Salade coleslaw aux raisins Légumerie d'Ici	Céleri BIO rémoulade aux **pommes** Légumerie d'Ici	Salade verte Légumerie d'Ici
	Quenelles BIO de Saint Jean sauce tomate	Bœuf aux oignons Bellegarde sur Valserine (01)	Macaronis BIO Alpina Savoie carbonara* **	Quenelles de Saint Jean sauce béchamel
		Boulettes tomate mozzarella	*Carbonara de poisson***	
	Epinards BIO hachés et croûtons	Penne		Poêlée de légumes et pommes de terre
	Saint Paulin BIO	Tomme grise d'Auvergne (03)	Brebiscrème	Fourme d'Ambert AOP
	Fruit de saison BIO	Compote pommes bananes BIO	Crème **caramel**	Compote de poires BIO
Mercredi	Salade de tomates	Cake du chef aux courgettes	Salade de pois chiche marocaine **(épices couscous)**	Carottes BIO râpées au citron
	Rôti de porc IGP du Jura aux herbes*	Sauté d'agneau au curry	Filet de poisson sauce **estragon**	Saucisse de volaille BIO au jus
	Colin aux herbes de Provence	*Saumon sauce curry*		*Nuggets végétals BIO*
	Potatoes	Beignet de salsifis	Courgettes BIO **persillées**	Epinards BIO hachés
	Tomme blanche	Chanteneige BIO	Fromage blanc nature BIO	Fromage blanc BIO nature
	Compote pommes abricots BIO	Flan vanille nappé caramel	Ananas aux **épices douces**	Gâteau du chef aux poires BIO
Jeudi	Salade verte BIO Légumerie d'Ici	Potage Crecy BIO (carottes fraîches)	Salade de tomates BIO au **basilic**	Velouté de légumes frais
	Nugget's de volaille	Ravioli épinards sauce verte BIO**	Tajine de poulet Label Rouge aux **4 épices**	Filet de colin meunière et citron
	Nuggets de poisson		*Hoki aux 4 épices*	
	Ratatouille fraîche		Semoule BIO **dorée**	Lentilles BIO au jus
	Meule fermière des Bauges (73)	Cantal BIO AOP (15)	Gouda au **cumin**	Bûche du Pilat de Pélussin (42)
	Gâteau du chef aux pépites de chocolat	Fruit de saison BIO	Gâteau du chef au **citron**	Fruit de saison
Vendredi	Salade de haricots verts	Betterave BIO en salade	Salade de concombre **ciboulette** Légumerie d'Ici	Friand au fromage
	Sauté de veau à la moutarde (Rhône Alpes)	Brandade de poisson MSC du chef**	Curry de légumes et pois chiches **(Massala)**	Bœuf braisé
	Saumon sauce crème			*Saumon sauce citron*
	Semoule		Riz BIO **safrané** aux petits légumes	Gratin d'aubergines à la tomate
	Petit suisse sucré	Yaourt fermier aux fruit de la ferme de Corly (74)	Verchicors BIO Laiterie Mont-Aiguille(38)	P'tit cottentin nature
	Fruit de saison BIO	Fruit de saison	Tarte au **citron**	Fruit de saison BIO

SEMAINE DU GOÛT RONDE DES EPICES ET AROMATES

PRATIQUE : JE MIJOTE DANS LE MENU

LOCAL · BIO · MAISON · Contient du porc · Plat complet