




MENUS 4 SAISONS

Menus Scolaires SIVOM EST GESSIEN

	Du 26 septembre au 02 octobre	Du 03 au 09 octobre	Du 10 au 16 octobre	Du 17 au 23 octobre
Lundi	<p>Salade de choux fleurs mimosa B</p> <p>Calamars à l'andalous</p> <p>Pommes vapeurs</p> <p>Fromage blanc battu 20% MG</p> <p>Fruit de saison B</p>	<p>Radis beurre</p> <p>Boulettes d'agneau au jus / Boulettes végétales B</p> <p>Lentilles au jus</p> <p>Yaourt aromatisé</p> <p>Flan vanille</p>	<p>Samoussa au poulet / Samoussa de légumes</p> <p>Un mafé / Filet de colin sauce tomate(+riz)</p> <p>AFRIQUE</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Ananas (trache sachet ind)</p>	<p>Salade de blé B</p> <p>Poulet basquaise / Filet de colin sauce basquaise</p> <p>Petits pois carottes au jus</p> <p>Petits suisse aromatisé B</p> <p>Fruits B</p>
Mardi	<p>B</p> <p>Salade de pâtes</p> <p>Quenelles nature locale</p> <p>Epinards haché</p> <p>Cantal AOP</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Coleslaw frais</p> <p>Sauté de bœuf RAV aux oignons / Filet de colin sauce armoricaine </p> <p>Macaronis B</p> <p>Fromage les fripons</p> <p>Compote pomme Banane</p>	<p>Salade chinoise (chou blanc, tomates, soja)</p> <p>Sauté de porc IGP au soja et miel / filet de poisson soja et miel</p> <p>Nouilles chinoise au soja</p> <p>Brie ASIE B</p> <p>Compote pomme-litchi</p>	<p>Salade verte fraîche</p> <p>Quenelles sauce aurore B</p> <p>Riz aux Petits légumes</p> <p>Fromage type mimolette</p> <p>Compote de poires</p>
Mercredi	<p>Salade de tomates B</p> <p>Nugget's de volaille / Nugget's de poisson</p> <p>Potatoes et ketchup</p> <p>Tomme blanche</p> <p>Compotes pomme-abricots</p>	<p>Cake aux olives du chef E</p> <p>B</p> <p>Aiguillettes de poulet au romarin / Filet de colin sauce au diable</p> <p>Brocolis persillés</p> <p>Chanteneige</p> <p>Crème au chocolat</p>	<p>Botsch</p> <p>Bœuf stroganoff / Filet de lieu au paprika</p> <p>Carottes persillées B</p> <p>Camembert B</p> <p>Fromage blanc et miel</p> <p>EUROPE</p>	<p>Salade d'endives sauce tartare</p> <p>Filet de colin sauce tomate B</p> <p>Epinards hachés</p> <p>Fromage blanc battu 20%MG</p> <p>Tarte aux pommes</p>
Jeudi	<p>Salade verte fraîche B</p> <p>Saucisse de Toulouse / Merlu court bouillon</p> <p>Ratatouille fraîche</p> <p>Vache Picon</p> <p>Gâteau du chef aux pépites de chocolat E</p>	<p>Potage crécy B</p> <p>Tortellini ricotta épinards</p> <p>Saint Nectaire AOP</p> <p>Fruit de saison B</p>	<p>Salade Américaine (tomates, épis de maïs, cornichons) B</p> <p>Nuggets végétal AMERIQUE B</p> <p>Potatoes et ketchup B</p> <p>Fromage blanc nature E</p> <p>Brownies du chef et sa crème anglaise E</p>	<p>Velouté de brocolis</p> <p>Boulettes de bœuf sauce tomate / Boulette végétale sauce tomate B</p> <p>Blé</p> <p>Brique vache du Vercors B</p> <p>Fruit de saison B</p>
Vendredi	<p>Salade de haricots verts </p> <p>Sauté de bœuf RAV au paprika / Filet de poisson au paprika B</p> <p>Semoule</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Fruit</p>	<p>Salade de chou fleur B</p> <p>Brandade de poisson Maison</p> <p>Fromage Blanc battu 20%MG</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade de perles marines</p> <p>Filet de poisson sauce crevettes B</p> <p>Epinards hachés B</p> <p>Fromage frais fondu Fraidou B</p> <p>Kiwi</p> <p>OCEANIE</p>	<p>Friand au fromage B</p> <p>Moussaka / Bolognaise végétale / courgettes</p> <p>P'tit cottentin Nature</p> <p>Fruits de saison B</p>