



Semaine 45
Du 07 au 11 novembre

Semaine 46
Du 14 au 18 novembre

Semaine 47
Du 21 au 25 novembre

Semaine 48
Du 28 novembre
au 02 décembre

Semaine 49
Du 05 au 09 décembre

LUNDI

Salade de riz (riz bio)
Médailon de merlu
à la ciboulette
Brocolis
Fromage à tartiner
Compote pomme coing

** Pané au fromage

Salade de betteraves
Cocotte de poulet basquaise
Pâtes chinoises
sautées aux légumes
Délice à l'emmental
Orange

** Sauté végétal
sauce basquaise

Macédoine de légumes
à la vinaigrette
Emincé de bœuf stroganoff
Lentilles à la ménagère
Fromage frais
Poire

** Croque tofu
à la provençale

MARDI

Salade grecque
Sauté de bœuf
au piment d'Espelette
Mini coques
Mimolette
Yaourt nature + sucre

** Allumettes végétales
à la ciboulette

Salade coleslaw
Tajine de veau au citron
Semoule
Cancoillotte
Fromage blanc
au spéculoos

** Galette de haricots
rouges

Taboulé
Filet de colin sauce matelote
Gratin de salsifis
aux légumes
Tomme blanche
Pomme

** Grinioc à l'épeautre
sauce crème

MERCREDI

Salade de pommes de terre
Palette à la diable
Courgettes aux herbes
Fromage à tartiner
Salade de fruits

* Rôti de dinde au raifort
** Steak végétal

Feuilleté au fromage
Fricassée de poisson
sauce Nantua
Epinards à la crème
Munster AOP
Banane

** Boulette fallafel

Salade de courgettes
Sauté de porc sauce paysanne
Gnocchis
Saint Nectaire
Petits suisses aux fruits

* Sauté de dinde
sauce paysanne
** Escalope végétale
sauce paysanne

JEUDI

Repas végétarien
Salade de quinoa
Poêlée de pois chiche
Ratatouille
Saint Paulin
Pomme

Salade de céleri au curry
Cordon bleu de volaille
Purée de haricots verts
Camembert
Iles flottantes
** Cordon bleu végétarien

Repas végétarien
Salade de concombres
Chili de légumes
Pépinettes
Chèvre
Yaourt à boire

VENDREDI

Armistice

Repas végétarien
Salade de carottes
Spaetlze and cheese
Comté
Clémentines

Repas manger main
Légumes à croquer
Bouchées manger main
Potatoes au paprika
Fromage blanc antillais
Crêpes

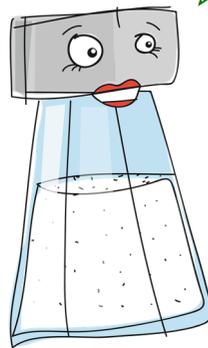
** Bouchées manger main
sans viande



Tout sur ... le chou

Blanc, vert, rouge, pommé,
fleur, brocoli, kale, de
Bruxelles ou romanesco : le
chou joue la carte de la
diversité ! Il se décline en une
multitude de légumes dont on
consomme les feuilles ou les
fleurs. Toutes les variétés
appartiennent à une même
famille botanique, les
crucifères – à laquelle se
rattachent aussi les navets et
les radis, par exemple.
Cru sous forme de salade, le
chou se cuisine aussi en
veloutés, en potées, en gratins,
en choucroute...

Et vous, quelle est votre
recette préférée?



Salade de pâtes (pâtes bio)
Filet de hoki sauce aurore
Duo de haricots
Savaron
Compote pommes
caramel HVE
** Steak de soja tomate
basilic

Repas végétarien

Salade de carottes
Hachi parmentier
de céleri végétal
Fromage à coque rouge
Banane

Salade d'endives
Cuisse de poulet grillée
Petits pois à la française
Bleu
Clémentines
** Soufflé de légumes

Salade de blé
Emincé de bœuf
sauce grand-mère
Caponata italienne
Fromage à tartiner
Fromage blanc
à la framboise
** Emincé végétal
sauce au fromage

Radis + Beurre
Choucroute garnie
Fol Epi
Yaourt nature + sucre
* Choucroute saucisse
de volaille
** Choucroute saucisse
végétale

Repas végétarien
100 % BIO
Panier maraicher
Boulettes de flageolets
Carottes à la crème
Fromage à tartiner
Petits suisses aux fruits

Salade de pommes de terre
Sauté de dinde au paprika
Légumes du soleil
Munster AOC
Orange
** Grillardin végétal

Repas blanc

Salade de céleri
Filet de colin
sauce au fromage
Riz pilaf
Fromage nature
Tarte au fromage blanc
** Sauté de tofu
sauce au fromage

Salade verte

Spaghetti à la carbonara
Fromage aux fines herbes
Cocktail de fruits
*/** Spaghetti à la
carbonara végétale

Salade de chou blanc
au cumin
Bœuf bourguignon
Curry de légumes
Gouda
Pomme
** Galette de céréales
sauce brune

Produits issus de l'agriculture biologique

Fruits et légumes de saison

Produits locaux

* Repas sans porc

** Repas sans viande

Menus susceptibles de varier selon les approvisionnements

En cas de question sur les allergènes, merci de contacter
le responsable de l'accueil périscolaire.