



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Elaboré par Sémalens
Entrée	Roulé au fromage	Concombre vinaigrette		Pâté de campagne*	Céleri remoulade
Plat principal	Galette végétarienne	Saucisse* de Toulouse charcuterie Antoine		Nuggets de poisson + citron	Haut de cuisse de poulet au curry
Légume Féculent	Salsifis	Lentilles cuisinées		Haricots beurre	Riz
Produit laitier	Mont de Lacaune Laiterie Fabre	Petit suisse		Yaourt sucré la vache occitane	Emmental
Dessert	Maestro vanille	Fruit		Fruit	Compote
	Les groupes d'aliments : <ul style="list-style-type: none"> Fruits et légumes Viandes, poissons, œufs Céréales, légumes secs Matières grasses cachées Produits laitiers Produits sucrés 				

* Présence de porc

Nos entrées :

Salade de pâtes : pâtes, ciboulette, tomates, maïs, vinaigrette.

Nos sauces:

Sauce curry : curry, ail, oignons, crème, roux, bouillon, jus de viande.

Le poisson

Il permet d'apporter des protéines de bonne qualité, tout comme la viande, les œufs et les produits laitiers. C'est un élément de choix dans vos assiettes qui apporte également des vitamines et des minéraux, indispensables pour la santé.

Il est conseillé de consommer du poisson deux fois par semaine, dont 1 poisson gras (maquereau, sardine, saumon, hareng, truite fumée) car ils sont plus riches en oméga 3. Ils permettent un bon développement et fonctionnement du cerveau et du système nerveux.





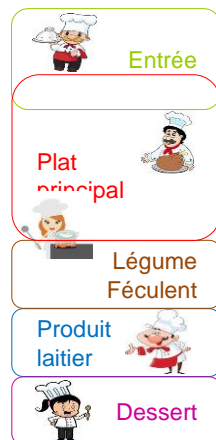
Lundi

Mardi

Mercredi

*Elaborés par
Sémalens*

Vendredi



Salade de pommes de terre

Haché de veau sauce charcutière

Brunoise

Suisse arôme

Fruit

Rosette*

Escalope viennoise

Brocolis persillés

Vache qui rit

Fruit

Mercredi

Salade de pois chiches

Pâtes aux petits pois et fromage

Flan nappé

Biscuit

Salade verte

Brandade de poisson

Tome d'Occ Laiterie Fabre

Fruit



Les groupes d'aliments :



* Présence de porc



L'info plus



Nos entrées :

Salade de pommes de terre : pomme de terre, tomate, vinaigrette.

Salade de pois chiche : pois chiche, poivrons, vinaigrette.

Nos sauces:

Sauce charcutière : moutarde, carottes, oignons, vinaigre, roux, jus de viande, cornichons.

L'homme du néolithique des plateaux d'Anatolie était un gastronome : c'est lui qui, le premier, apprécia les variétés comestibles produites par un arbuste - le pommier - apparu sur terre voici quatre-vingt millions d'années. C'est également lui qui conduira la pomme à la conquête des régions tempérées de l'Europe et, beaucoup plus tardivement, du monde.

La pomme est le troisième fruit le plus consommé dans le monde, après les agrumes et la banane et le premier consommé en France.



Restaurant scolaire

Menus du 12 au 16 Octobre

LA SEMAINE DES SAVEURS



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Ouf dur mayonnaise	Tomate croque au sel		Quiche volaille	Carottes râpées aux raisins secs
Plat	Sauté de dinde au jus	Haché de bœuf sauce aigre douce		Poisson pané + citron	Boulettes tomates mozzarella sauce tomate
Légume Féculent	Poêlée de légumes à la coriandre	Purée		Courgettes au cumin en béchamel	Riz
Produit laitier	Fromage blanc nature	Coulommier à la coupe		Mont de Lacaune Laiterie Fabre	Edam
Dessert	Crème de marron	Fruit		Mousse chocolat	Tarte pomme rhubarbe



Les groupes d'aliments :



* Présence de porc



La semaine du goût permet de proposer aux enfants l'exploration des sens gustatifs. C'est un événement placé sous le haut patronage du ministère de l'agriculture et de l'alimentation. Il permet de sensibiliser les consommateurs aux différents aspects de l'alimentation.

Nos sauces:

Sauce aigre douce : ananas, soja, jus et bouillon de viande, tomate pelée, sucre, ail, vinaigre.

Sauce tomate : tomate, oignon.

NOS GARNITURES :

Poêlée de légumes : Petits pois, pommes de terre, jeunes carottes, haricots coupés, oignons émincés.

