

MENUS DE MARS

MENUS D'AVRIL

LUNDI 1
Soupe de légumes
Alguelettes de poulet*
Blé
Fromage blanc
Fruit de saison
Panneaux courgettes

MARDI 2
Carottes râpées
Gratin de pâtes aux légumes
Chantenoise
Liégeois vanille
Fondue Saucisses

MERCREDI 3
Chou rouge sec
Rôti de veau au jus*
Haricots verts
P'tit cabray
Riz au lait
Coeq-Monieur au thon

JEUDI 4
Betterave scc moutarde
Hoki
Purée de pdt
Yaourt aromatisé
Fruit de saison
Mousse banane miel

VENDREDI 5
Céleri au cerfeuil
Burger
Pommes
Camembert
Compote à boire
Brochettes de fruits de saison

LUNDI 8
Haricots verts
Boeuf bourguignon
Pâtes
Petits suisses aromatisés
Fruit de saison
Porridge à la pomme

MARDI 9
Coleslaw
Filet de colin provençale
Semoule
Philadelphie
Compote pomme banane
Sambousek épinard et feta

MERCREDI 10
Oeuf mayonnaise
Tarte au fromage
Salade verte
Délice de chèvre
Mousse au chocolat
Fauselle au coq de livr

JEUDI 11
Salade mexicaine
Raclette* PDT
Yaourt sucré
Fruit de saison
Videau parais et poire

VENDREDI 12
Radis beurre
Sauté de dinde au curry
Gratin de brocolis
Edam
Gâteau d'anniversaire
Champignons farcis au bonain

LUNDI 15
Taboulé oriental
Jambon blanc*
Piperade
Fromage blanc sucré
Fruit de saison
Ong pol pasta

MARDI 16
Céleri râpé
Paupiette de veau*
Riz aux légumes
Gouda
Compote poire
Carottes râpées au miel

MERCREDI 17
Coeur de palmier
Sauté de boeuf*
Pommes rissolées
Petits suisses sucrés
Fruit de saison
Glacé au chocolat pistache

JEUDI 18
Chou blanc aux raisins
Pâtes veggie au kiri
Brie
Crème dessert caramel
Poulet mex

VENDREDI 19
Salade verte piémontaise
Beignet de poisson
Chou-fleur en gratin
Kiri
Eclair chocolat
Trompettes d'artichaut

LUNDI 22
Carottes râpées à l'orange
Boulettes agneau tomate
Poêlée de légumes
Petits suisses sucrés
Flan nappé caramel
Croustilles tomate basilic

MARDI 23
Chou chinois en salade
Poisson scc citron
Coquillettes
Emmental
Compote fraise
Chapignon poire choufleur

MERCREDI 24
Pâté de campagne*
Haut de cuisse de poulet
Haricots verts/beurres
Cantafrais
Fruit de saison
Frites de légumes au four

JEUDI 25
Quiche chèvre tomate
Omelette
Pommes de terre
Gouda
Fruit de saison
Pain de viande

VENDREDI 26
Duo de crudités
Blanquette de veau*
Riz
Yaourt sucré
Brownie
Smoothie pomme-épluri

LUNDI 29
Betteraves maïs
Colin à la tomate
Blé
St paulin
Fruit de saison
Gramme de courges

MARDI 30
Salade verte vinaigrette
Nuggets poulet ketchup
Poêlée de courgettes
Chantailon
Crème dessert pralinée
Bouillon pâtes alphabet

MERCREDI 31
Salami
Boeuf stroganoff*
Haricots rouges et flageolets
Petits suisses aromatisés
Fruit de saison
Gaufre salé

JEUDI 1
MENU PAQUES
Oeuf mayonnaise
Paupiette de lapin
Purée crécy
Tartare aux noix
Pâtisserie/chocolat
Gaspacho menthe petit pois

VENDREDI 2
Macédoine de légumes
Pavé emmental
Pâtes
Yaourt sucré
Fruit de saison
Pâtisseries de saison

LUNDI 29
Certifié Label Rouge
Plat contenant du porc
(un plat sans porc sera proposé comme alternative)
Viande origine française

Toutes les vinaigrettes sont maison
Vraiment cuisiné
Produit issu de l'agriculture biologique

Repas végétarien
Repas à thème
Fermes de la marque
Expérience Nature Fermière

Menus établis par notre diététicienne diplômée d'Etat sous réserve des contraintes d'approvisionnement. Menus conformes à l'équilibre nutritionnel et aux recommandations du GEMIRCN.

Producteurs locaux
Hauts-de-Villers - (10)
Les Fermes du Ravillon - (89)
Les Délices de Thalie - (10)
Damien Cuvillier - (89)
Impéry volailles - (58)
Augier - (89)

LUNDI 5
Coleslaw
Saucisse fumée*
Semoule
Six de savoie
Compote fraise
Gâteau magique à la vanille

MARDI 6
Crêpe au fromage
Oeuf à la florentine
Yaourt sucré
Fruit de saison
Carpaccio jambon boeuf au haricots

MERCREDI 7
Chou-fleur scc aurore
Boulettes boeuf paprika
Pâtes
Carré frais
Fruit de saison
Woopies

JEUDI 8
Taboulé bio
Fricassée de volaille
Duo haricots
Camembert
Liégeois chocolat
Bouillottes de printemps

VENDREDI 9
Chou rouge raisins secs
Filet de hoki au thym
Poêlée carottes courgette
Petits suisses aromatisés
Gâteau d'anniversaire
Salade grecque

LUNDI 12
Salade de PDT
Rôti de porc moutarde
Poêlée villageoise
Emmental
Fruit de saison
Galette de farinilles corail et carottes

MARDI 13
Salade verte vinaigrette
Hachis parmentier
Fromage blanc sucré
Compote pomme vanille
Gâteau moelleux à la pâte à tartiner

MERCREDI 14
Champignon à la grecque
Escaloper de dinde crème
Petits pois carottes
Yaourt sucré
Fruit de saison
Emincé de porc au miel

JEUDI 15
Duo de choux vinaigrette
Chili sin carne
Riz
Vache qui rit
Liégeois vanille
Pain d'ail de printemps

VENDREDI 16
Radis beurre
Moules
Pommes de terre rissolées
Corentin
Mousse chocolat
Omelette paysanne

LUNDI 19
Brocolis scc cocktail
Rôti de dinde
Semoule
Yaourt sucré
Fruit de saison
Tian de légumes

MARDI 20
Carottes râpées raisins
Pâtes à la carbonara*
Yaourt aromatisé
Compote pêche
Tortilla végétarienne

MERCREDI 21
Céleri rémoulade
Curry de légumes
Riz
Kiri chèvre
Beignet framboise
Yaourt maison

JEUDI 22
Salade de blé
Carbonnade* de boeuf
Duo PDT carottes
Tartare
Fruit de saison
Touffe herbi-bonne

VENDREDI 23
Pâté en crouste volaille
Poisson pané
Haricots verts persillés
Petits suisses sucrés
Crème dessert vanille
Accras de légumes

LUNDI 26
Coleslaw
Brochettes de poulet
Courgettes en gratin
Groc lait
Tarte aux fruits
Colin sauce légère douce maison

MARDI 27
Macédoine mayonnaise-
Veau Marengo
Purée de petits pois
Petits suisses aromatisés
Fruit de saison
Cumball de saumonnettes

MERCREDI 28
Endives en salade
Steack haché
Pôlée de légumes
Fromage les fripons
Compote pomme
Cake à la betterave

JEUDI 29
Salade de pâtes
Pizza
Ratatouille
Yaourt aromatisé
Fruit de saison
Oeuf poché en salade

VENDREDI 30
Betteraves vinaigrette
Paella
Choucroute
Fruit de saison
Aubergines au four



CREME A LA VANILLE

1. Mettre les 3/4 du lait dans une casserole avec la vanille et le sucre et porter à ébullition.
2. Pendant ce temps, mélanger la maïzena, les jaunes d'oeufs et le reste du lait
3. A.Jouter le mélange oeufs/maïzena/lait dans la préparation
4. Des la reprise de l'ébullition, verser dans des ramequins
5. Mettre les ramequins au frais au moins 2h avant de déguster.

Ingredients

- 1 gousse de vanille
- 50g de maïzena
- 80 à 100g de sucre
- 2 jaunes d'oeufs
- 1 litre de lait

ZONE A

Beaumont, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B

Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C

Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles