

# Menu

## Octobre 2021



Semaine du 27 septembre au 1er Octobre			
lundi*	mardi	jeudi	vendredi
radis tartines beurrées	tomates, persil	salade de blé tomates, maïs poivrons marinés dés de fromage	concombre à la crème
dahl indien lentilles lait de coco patates douces riz	veau en gibelotte haricots verts champignons	poisson à la crème chou romanesco	saucisses purée
entremet	gâteau chocolat	fruit	yaourt aux fruits bio

Semaine du 4 au 8			
lundi	mardi	jeudi*	vendredi
piémontaise pomme de terre tomates dés de jambon dés de fromage	taboulé semoule couscous concombre, tomate oignons blancs menthe	betteraves maïs	salade 2 choux chou blanc chou rouge graines de sésame
poisson à la crème carottes vichy	poulet petits pois carottes	bruchetta sauce tomate champignons fromage	pâtes carbonara lardons crème fromage
liégeois	fruits au sirop	yaourt nature bio	fruit



lundi	mardi*	jeudi	vendredi
Salade quinoa et boulgour quinoa boulgour salade	Salade amande et lentilles Lentilles amande abricot	Salade rouge Choux rouge pommes fromage	Salade jurassienne Carottes Haricots vert Fromage
Boulette d'agneau Pois cassé	gratin de crozets Cougettes et chèvre	Poisson vapeur RIZ Carotte Panais	Porc au miel Et à la bettrave Pomme de terre
Petit suisses	Fruits	Flan aux prunneaux	Fruits

lundi	mardi	jeudi	vendredi*
salade quinoa thon ananas dés de fromage	salade de riz tomates olives maïs	céleri rémoulade mayonnaise	carottes râpées
rôti de porc poelée du soleil haricots verts, maïs poivrons fruit	œufs à la sauce béchamel épinards	moussaka aubergines, tomates viande hachée 5 céréales	poisson pané blé sauce tomate
	crème dessert bio	entremet	dessert varié

fruits  
et  
légumes

produits  
laitiers

céréales  
légumes secs

viande  
poisson  
oeuf

matière  
grasse  
cachée

\*repas végétarien

L'écriture bleu dans la semaine du gout  
sont des nouvelle recette