Menus du 2 novembre au 18 décembre 2020

RESTAURANT SCOLAIRE DE CANTENAC

Les plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entrainer des allergies ou intolérances.
Pour toute information, merci de vous rapprocher du chef de cuisine.

Fruits et légumes Bio (origine régionale ou française) sous réserve de confirmation de disponibilité (production et récoltes).

MENU CONFORME AU GEMRCN 2011 – Pôle Nutrition & Santé

En Novembre,
Le Burger Végétarien - recette de Virginie (24)

Chronique culinaire

En Décembre,
La verrine mousse ananas - recette de Jean Charles (24)

lundi 02 novembre	mardi 03 novembre	Repas végétarien jeudi 05 novembre	vendredi 06 novembre
CRÊPE AU FROMAGE	TABOULÉ	CAROTTES BIO RÂPÉES AU MAÏS	CRUDITE BIO VINAIGRETTE
POISSON DU CHEF	ESCALOPE DE VOLAILLE	CHILI SIN CARNE	BŒUF BOURGUIGNON
HARICOTS BEURRE	BROCOLIS À LA BÉCHAMEL	RIZ BIO	PÂTES BIO
FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE
FRUIT DE SAISON	FRUIT AU SIROP	ANANAS	LAITAGE

lundi 09 novembre	Repas végétarien mardi 10 novembre	jeudi 12 novembre	vendredi 13 novembre
SALADE COMPOSEE	HARICOTS VERTS BIO AUX ÉCHALOTES	CHOU BLANC AUX LARDONS	SALADE CHINOISE
COLIN PANÉ AU CITRON	GALETTE VEGETALE FROMAGE ET ÉPINARDS	SAUCE BOLOGNAISE	EMINCE DE VOLAILLE
POMMES DE TERRE ET BLETTES GRATINÉES	PURÉE DE CÉLERI ET POMMES DE TERRE	PÂTES BIO	CAROTTES BIO
FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE BIO	FROMAGE
FRUIT	FRUIT DE SAISON BIO	YAOURT	ECLAIR AU CHOCOLAT

lundi 16 novembre	mardi 17 novembre	jeudi 19 novembre	Repas végétarien vendredi 20 novembre
PÂTÉ DE CAMPAGNE	CREPE AU FROMAGE	CAROTTE BIO VINAIGRETTE	SALADE DE PATES BIO
POISSON DE JOUR	HAUT DE CUISSE	SAUCISSE DE TOULOUSE AUX OIGNONS	OMELLETTE AU FROMAGE
HARICOTS VERTS PERSILLADE	CHOUX FLEURS	LENTILLES BIO AU JUS	SALADE VERTE
FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE
FRUIT DE SAISON BIO	ENTREMET VANILLE	FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON BIO

lundi 23 novembre	mardi 24 novembre	Repas végétarien jeudi 26 novembre	vendredi 27 novembre
OEUF DUR	SALADE VERTE COMPOSEE	BETTERAVE	SALADE COLESLAW BIO
FILET DE POISSON MEUNIÈRE	EMINCE DE BOEUF	BURGER VEGETARIEN	SAUTE DE VOLAILLE AU CURRY
RIZ AUX PETITS LEGUMES	PETITS POIS BIO AU JUS	POMMES NOISETTE	PUREE DE POTIRON
FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE BIO
YAOURT NATURE SUCRE	FRUIR AU SIROP	LAITAGE	TARTE AU CHOCOLAT

SEMAINE EUROPÉENNE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS

lundi 30 novembre	mardi 01 décembre	jeudi 03 décembre	Repas végétarien vendredi 04 décembre
ROSETTE ET BEURRE	SALADE COMPOSEE	CONCOMBRE	FRIAND AU FROMAGE
MARMITAKO DE THON	ESCALOPE VOLAILLE AU JUS	POISSON MEUNIERE	OMELLETTE AU FROMAGE
AUX POMMES DE TERRE BIO	POÊLÉE DE LÉGUMES DE SAISON	PÂTES BIO AU BEURRE	CAROTTES BIO BRAISÉES
FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE
FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON	ENTREMET	FRUIT

Repas végétarien lundi 07 décembre	mardi 08 décembre	jeudi 10 décembre	vendredi 11 décembre
BETTERAVE BIO VINAIGRETTE	CÉLERI RAVE BIO REMOULADE	SALADE DE RIZ BIO	SALADE ICEBERG COMPOSÉE
SAUTE DE VOLAILLE AUX OLIVES	PIZZA 3 FROMAGES	ÉMINCÉ DE BOEUF AU PAPRIKA	POISSON DU JOUR
POMMES DE TERRE BIO VAPEUR	SALADE VERTE	HARICOTS BEURRE PERSILLÉS	PURÉE DE POTIRON
FROMAGE	FROMAGE BIO	FROMAGE BIO	FROMAGE
COMPOTE DE POIRES	FROMAGE BLANC	FRUIT DE SAISON BIO	GATEAU ANTILLAIS

Repas végétarien lundi 14 décembre	mardi 15 décembre	Repas végétarien jeudi 17 décembre	Repas de Noël vendredi 18 décembre
CONCOMBRE FETA	SALADE DE POMME DE TERRE	SALADE VERTE AUX OEUFS DURS	
POULET GASTON GÉRARD	CHIPOLATAS GRILLEE	LASAGNES VÉGÉTARIENNES	
POMMES RISSOLÉES	CHOUX VERTS BRAISES		
FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	
FRUIT BIO	FRUIT DE SAISON	LAITAGE	

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.

API RESTAURATION, S.A. à Directoire et Conseil de Surveillance - Capital de 1 000 000€ - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - 5F avenue Henri Becquerel 33700 MERIGNAC