



# Menus\* du mois de janvier

Groupes scolaires et centre de loisirs



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

5 au 9  
janvier

**Sauce bolognaise VBF Maison** (1,12)  
**Mezze penne** (1,7)  
Emmental râpé (7)  
**Compote de fruit**

Sauté de veau Label Rouge marengo maison (1,3,7,9,12)  
**Haricots verts persillés** (7)  
**Yaourt fruits mixés** (7)  
Galette des rois frangipane (1,3,7,8)

Salade verte, graines de courge (10,12)  
**Escalope de poulet VF** champignons (1,3,7,9,12)  
Purée de pommes de terre, potiron maison (7,12)  
**Yaourt nature** (7)  
Sucre

Velouté de pois cassés, cantadou maison (7,9,12)  
**Gratin de choux fleurs maison** (1,7)  
Boullgour au beurre (1,7)  
**Fruit de saison**

**Carottes râpées maison** (10,12)  
**Filet hoki MSC sauce échalote** (1,4,7,9,12)  
**Riz pilaf** (7,9)  
**Fromage blanc** (7)  
Miel ou sucre

12 au 16  
janvier

Cuisse de poulet Bleu Blanc Cœur rôtie au thym (1,3,7,9,12 )  
**Poêlée paysanne**  
**Camembert à la coupe** (7)  
**Fruit de saison**

Soupe aux légumes Maison (7,9,12)  
**Sauté de porc label rouge PF à la moutarde maison** (1,3,7,9,10,12)  
Gratin de pommes de terre, potiron, carottes (7)  
**Yaourt citron** (7)

**Rôti de dinde VF au jus** (1,3,7,9,12)  
**Lentilles à l'ancienne** (7,9,12)  
Vieux pané à la coupe (7)  
**Compote de fruit**

**Œuf dur frais, mayonnaise** (3,10,12)  
Curry de pois chiches maison, parmesan (1,7,10,12)  
Semoule de blé (1)  
**Fruit de saison**

Potage poule, vermicelles (1,9)  
**Filet de limande meunière MSC** / quartier citron (1,4,7)  
**Flan aux épinards, pommes de terre maison** (3,7)  
Mousse au chocolat (6,7)

19 au 23  
janvier

**Sauté de poulet Bleu Blanc Cœur VF coco curry Maison** (1,3,7,9,10,12)  
**Riz pilaf** (7,9)  
Port salut à la coupe (7)  
**Fruit de saison**

Velouté de potiron, haricots blancs maison (7,12)  
Raviolis aux champignons, ail des ours (1,3,7)  
Sauce tomate provençale (1,7,9,12)  
**Yaourt fruits mixés** (7)

Demi pamplemousse, sucre  
**Pavé de saumon MSC à l'aneth** (1,4,7,9,12)  
Coquillettes (1,7)  
**Fromage blanc** (7)  
Confiture ou sucre

Salade verte (10,12)  
**Parmentier Auvergnat VBF maison** (1,3,7,9)  
**Compote de fruit**

Blé aux légumes maison (1,10,12)  
**Dos de colin MSC** sauce safrané (1,4,7,9,12)  
**Gratin de brocolis, béchamel maison** (1,7)  
Crème dessert vanille (7)

26 au 30  
janvier

**Omelette nature maison** (3)  
**Poêlée paysanne**  
**Brie à la coupe** (7)  
**Fruit de saison**

**Betteraves vinaigrette, dès fêta** (7,10,12)  
**Sauté de dinde VF à la provençale** (1,3,7,9,12 )  
**Semoule de blé** (1)  
**Compote de fruit**

Carotte râpées Maison (10,12)  
Lasagnes au chèvre, épinards maison (1,7)  
Brioche des rois (1,3,7,12)

Tapenade noire maison, Croûtons (1,4,10,12)  
**Dahl de lentilles corail maison, emmental râpé** (1,7,10,12)  
**Riz pilaf** (7,9)  
**Fruit de saison**

Velouté de poireaux, pommes de terre maison (7,12)  
Quenelles de brochet à la bisque (1,2,3,4,7,9,12)  
Duo de carottes vapeur persillées (7)  
**Yaourt fruits mixés** (7)



Volaille française Agriculture bio Porc français Pêche durable MSC Viande bovine française

Allergènes

1 Gluten	4 Poisson	7 Lait	10 Moutarde	13 Lupin
2 Crustacé	5 Arachide	8 Fruit à coque	11 Sésame	14 Mollusque
			9 Céléri	12 Sulfite

\*Menus validés par Laetitia Martinez, Diététicienne Nutritionniste selon l'équilibre nutritionnel.

Pour des raisons sanitaires nos fonds de sauces ne sont pas faits maison