



# Menus\* du mois de janvier

Groupes scolaires et centre de loisirs



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
5 au 9 janvier	<b>Sauce bolognaise VBF Maison</b> (1,12) <b>Mezze penne</b> (1,7) Emmental râpé (7) <b>Compote de fruit</b>	Sauté de veau Label Rouge marengo maison (1,3,7,9,12) <b>Haricots verts persillés</b> (7) <b>Yaourt fruits mixés</b> (7) Galette des rois frangipane (1,3,7,8)	Salade verte, graines de courge (10,12) <b>Escalope de poulet VF</b> champignons (1,3,7,9,12) Purée de pommes de terre, potiron maison (7,12) <b>Yaourt nature</b> (7) Sucre	Velouté de pois cassés, cantadou maison (7,9,12) <b>Gratin de choux fleurs maison</b> (1,7) Boulgour au beurre (1,7) <b>Fruit de saison</b>	<b>Carottes râpées maison</b> (10,12) <b>Filet hoki MSC sauce échalote</b> (1,4,7,9,12) <b>Riz pilaf</b> (7,9) <b>Fromage blanc</b> (7) Miel ou sucre
12 au 16 janvier	Cuisse de poulet Bleu Blanc Cœur rôti au thym (1,3,7,9,12 ) <b>Poêlée paysanne</b> <b>Camembert à la coupe</b> (7) <b>Fruit de saison</b>	Soupe aux légumes Maison (7,9,12) <b>Sauté de porc label rouge PF à la moutarde maison</b> (1,3,7,9,10,12) Gratin de pommes de terre, potiron, carottes (7) <b>Yaourt citron</b> (7)	<b>Rôti de dinde VF au jus</b> (1,3,7,9,12) <b>Lentilles à l'ancienne</b> (7,9,12) Vieux pané à la coupe (7) <b>Compote de fruit</b>	<b>Œuf dur frais, mayonnaise</b> (3,10,12) Curry de pois chiches maison, parmesan (1,7,10,12) Semoule de blé (1) <b>Fruit de saison</b>	Potage poule, vermicelles (1,9) <b>Filet de limande meunière MSC</b> / quartier citron (1,4,7) <b>Flan aux épinards, pommes de terre maison</b> (3,7) Mousse au chocolat (6,7)
19 au 23 janvier	<b>Sauté de poulet Bleu Blanc</b> <b>Cœur VF coco curry Maison</b> (1,3,7,9,10,12) <b>Riz pilaf</b> (7,9) Port salut à la coupe (7) <b>Fruit de saison</b>	Velouté de potiron, haricots blancs maison (7,12) Raviolis aux champignons, ail des ours (1,3,7) Sauce tomate provençale (1,7,9,12) <b>Yaourt fruits mixés</b> (7)	Demi pamplemousse, sucre <b>Pavé de saumon MSC à l'aneth</b> (1,4,7,9,12) Coquillettes (1,7) <b>Fromage blanc</b> (7) Confiture ou sucre	Salade verte (10,12) <b>Parmentier Auvergnat VBF maison</b> (1,3,7,9) <b>Compote de fruit</b>	Blé aux légumes maison (1,10,12) <b>Dos de colin MSC</b> sauce safranée (1,4,7,9,12) <b>Gratin de brocolis, béchamel maison</b> (1,7) Crème dessert vanille (7)
26 au 30 janvier	<b>Omelette nature maison</b> (3) <b>Poêlée paysanne</b> <b>Brie à la coupe</b> (7) <b>Fruit de saison</b>	<b>Betteraves vinaigrette, dès fêta</b> (7,10,12) <b>Sauté de dinde VF à la provençale</b> (1,3,7,9,12 ) <b>Semoule de blé</b> (1) <b>Compote de fruit</b>	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) <b>Dahl de lentilles corail maison, emmental râpé</b> (1,7,10,12) <b>Riz pilaf</b> (7,9) <b>Fruit de saison</b>	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) <b>Yaourt fruits mixés</b> (7)



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

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

## Allergènes

1 Gluten	4 Poisson	6 Soja	9 Céléri	12 Sulfite
2 Crustacé	5 Arachide	7 Lait	10 Moutarde	13 Lupin
		8 Fruit à coque	11 Sésame	14 Mollusque

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