

Mars

Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus



SIRESCO

	Lundi 1 ^{er}	Mardi 2	Mercredi 3	Jeudi 4	Vendredi 5	Lundi 8	Mardi 9	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12	Lundi 15	Mardi 16
Hors d'œuvre	Salade iceberg et maïs vinaigrette	Betteraves vinaigrette	Salade rizzoni	Concombre à la menthe	Céleri rémoulade	Œuf dur mayonnaise	Tajine d'agneau au citron confit ou	Potage de légumes AB	Chou blanc AB vinaigrette	Salade de lentilles AB vinaigrette	Salade verte vinaigrette	Salade de haricots rouges et maïs
Plat principal et garniture	Tarte aux légumes	Jambon blanc de porc ou omlette aux fines herbes	Lieu noir sauce waterzoi	Sauté de bœuf milanaise ou croustillants aux pois chiches	Dhal de lentilles corail et épinards au lait de coco	Boulettes de bœuf sauce tomate ou boulettes de soja tomate basilic	Semoule ou haricots blancs tomatisés	Lasagnes de soja à la tomate	Filet de colin frais sauce crème citron ou rouleaux végétaux	Sauté de porc sauce aigre douce ou curry de légumes à l'indienne	Poulet rôti ou omlette aux oignons	Poisson meunière et citron ou aiguillettes au fromage
Fromage Laitage	Emmenthal AB	Fromage frais AB	Mimolette	Yaourt nature AB	Fromage frais nature à tartiner AB	Fromage coque rouge	Yaourt nature AB	Saint-paulin	Comté	Fromage blanc AB aux fruits	Île flottante	Comté
Dessert	Semoule au lait	Fruit ▶	Fruit ▶	Moelleux au chocolat et sa crème anglaise	Dés de poire au sirop léger	Fruit ▶	Fruit ▶	Fruit ▶	Tarte aux pommes	Fruit ▶ AB		Salade de fruits
Goûter	Pain - miel - fruit ▶	Croissant - jus multifruits - barre de chocolat	Pain - jus multifruits - barre de chocolat	Petits-beurre AB - petit-suisse - fruit ▶	Pain - confiture d'abricots - fruit ▶	Pain - beurre - purée de pomme fraise	Galette au beurre - fromage blanc - jus d'orange	Pétales de maïs - lait nature - fruit ▶	Pain - barre de chocolat - fruit ▶	Pain au lait - yaourt nature - jus de multifruits	Pain - camembert - fruit ▶	Petits-beurre AB - yaourt nature - fruit ▶
Mercredi 17 Menu basque	Jeudi 18	Vendredi 19	Lundi 22	Mardi 23	Mercredi 24	Jeudi 25	Vendredi 26 Menu créole	Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 31		
Hors d'œuvre	Fromage à tartiner au paprika et pain de campagne	Salade façon piémontaise	Carottes râpées AB	Betteraves AB	Salade de lentilles AB	Carottes râpées AB	Concombre vinaigrette	Soupe créole légumes et lait de coco	Salade de pois chiches AB au maïs	Omelette nature Duo épinards à la crème et pommes de terre	Concombre vinaigrette	Omelette nature Duo épinards à la crème et pommes de terre
Plat principal et garniture	Axo de veau ou pavé de soja à la tomate Riz AB aux deux poivrons	Steak haché de bœuf ou pavé de soja à la tomate Haricots verts fondants ou haricots beurre fondants	Pâtes AB aux légumes et fromage	Escalope de porc sauce charcutière ou omelette nature Purée de pommes de terre	Filet de poisson frais en fondant de la pêche ou pavé de pois chiches AB	Couscous merguez Semoule	Sauté d'agneau marengo ou riz AB	Samoussa aux légumes et achards de légumes	Sauté de porc sauce coco ou pavé au fromage Petits pois, carottes	Sauté de bœuf au paprika Céréales gourmandes AB	Sauté de bœuf au paprika Céréales gourmandes AB	
Fromage Laitage	Tome noire des Pyrénées	Petit-suisse aux fruits AB	Yaourt nature AB	Yaourt aromatisé AB	Cantal	Yaourt aromatisé AB	Tome noire des Pyrénées	Bûche de chèvre	Saint-nectaire	Fromage blanc AB		Saint-paulin
Dessert	Gâteau basque	Fruit ▶ AB	Fruit ▶	Fruit ▶	Fruit ▶	Flan gélifié caramel AB	Ananas au sirop léger	Fruit ▶	Banane		Tarte au citron	
Goûter	Pain - barre chocolat - jus de pomme	Pain au chocolat - lait nature	Pain - confiture de fraise - fruit ▶	Madeleine - purée de pomme - lait nature	Pain - barre chocolat - fruit ▶	Pain - gelée de groseilles - jus de fruit	Brioche nature - fromage blanc - purée de pomme cassis	Pain - miel - fruit ▶	Yaourt nature - petits-beurre AB - compote pomme banane	Pain - confiture de fraise - fruit ▶	Pain - barre de chocolat - jus d'orange	

Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas les villes de Compans et Tremblay-en-France se renseigner auprès de la municipalité.

Le mercredi 17 mars, on voyage au Pays Basque pour déguster un menu spécial et faire une partie de pelote avec chistera sur le fronton.



Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas les villes de Compans et Tremblay-en-France se renseigner auprès de la municipalité.

: produit issu de l'agriculture biologique
: production agricole francilienne ou provenant d'un rayon de moins de 300 km
: produit label rouge
: produit d'indication géographique protégée

: produit d'appellation d'origine protégée
: viande de porc français
: viande bovine française
: viande de veau française

Salade façon piémontaise : pommes de terre, cornichons, œuf dur, mayonnaise.
Salade rizzoni : mini-penne, tomate, basilic, échalote.
Fromage à tartiner au paprika : fromage frais, fromage blanc, ciboulette, ail, paprika, lait.

Pain bio AB à tous les repas et aux goûters pour les villes de : Champigny-sur-Marne, et Compans.

Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger.

	Jeudi 1 ^{er}	Vendredi 2	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9 Chasse aux œufs	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14 Menu Bretagne	Jeudi 15	
Hors d'œuvre	Salade russe	Salade de pépinettes	Salade verte vinaigrette	Betteraves AB vinaigrette	Concombre vinaigrette	Radis émincés au fromage frais à tartiner	Lentilles AB vinaigrette	Cœurs de laitue vinaigrette	Crêpe au fromage	Filet de lieu frais ou pavé du fromager Blé AB	
Plat principal et garniture	Poulet Rôti ou riz AB aux amandes Duo de courgettes ou brocolis AB	Cubes de colin aux graines ou croustillants de blé Haricots verts	Filet de colin sauce armoricaine ou omelette nature Carottes AB	Lentilles AB à la tomate Mini-penne AB	Escalope de porc sauce forestière ou égrainé de soja AB à la tomate Écrasé de pommes de terre	Sauté d'agneau au romarin ou rouleaux végétaux Haricots blancs à la tomate	Escalope de dinde au romarin à la crème ou cœur de blé Petits pois ou julienne de légumes	Omelette nature Ratatouille AB et pommes de terre AB	Sauté de veau aux dés de pomme Chou-fleur AB		
Fromage Laitage	Fromage frais aux fruits AB	Fromage frais aux fines herbes	Fromage blanc AB	Fromage frais à tartiner au chèvre	Cantal	Yaourt nature AB	Yaourt nature AB	Comté	Camembert	Fromage blanc AB aux fruits	
Dessert	Fruit*	Fruit*	Tarte aux pommes	Fruit* AB	Purée de pomme fraise	La surprise du lapin	Fruit*	Mousse au chocolat	Far breton	Fruit*	
Goûter	Pain - emmental - purée de pomme	Pain au lait - petit-suisse - fruit*	Pain - miel - fruit*	Madeleine - purée de pomme banane - lait nature	Pain - gelée de groseilles - fruit*	Pain - fromage à tartiner - purée de pomme mangue	Pain - camembert - purée de pomme	Pain - miel - petit-suisse nature	Pétales de maïs - lait nature - fruit*	Pain - confiture d'abricots - purée de pomme	
	Vendredi 16	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30
Hors d'œuvre	Carottes râpées AB	Chou-fleur vinaigrette	Potage de lentilles AB	Salade Arlequin	Taboulé à l'orientale	Pomelos	Œuf dur mayonnaise	Betterave au maïs	Concombre vinaigrette	Salade iceberg sauce vinaigrette	Salade des champs
Plat principal et garniture	Quenelles de dinde sauce soubise ou mélange de légumes au paprika Fusili AB ou riz AB	Émincé de dinde sauce tomate Céréales méditerranéennes	Quiche aux poireaux Salade iceberg vinaigrette	Steak haché de bœuf AB Frites	Blanquette de veau AB Légumes blanquette AB	Poisson frais sauce beurre citron Brocolis AB	Couscous aux pois chiches Semoule AB	Tajine de bœuf AB Duo haricots flageolets	Filet de colin meunière au citron Purée de carottes AB	Raviolis de bœuf	Rôti de dinde sauce curry Duo de courgettes à l'ail
Fromage Laitage	Tome noire des Pyrénées	Yaourt nature AB	Fromage blanc aromatisé AB	Édam	Emmenthal AB	Fromage frais à tartiner	Fromage coque AB	Gouda	Yaourt nature AB	Comté	Fromage blanc AB
Dessert	Dés de poire au sirop	Fruit*		Crème vanille	Fruit* AB	Tarte au chocolat	Fruit*	Fruit*	Éclair au chocolat	Fruit*	Fruit* AB
Goûter	Cookie AB - jus d'orange - yaourt nature	Gaufre nature - lait nature - purée de poire	Pain - gelée de groseille - fruit*	Pain - barre chocolat - fruit*	Croissant - lait nature	Pain d'épices - petit-suisse nature - fruit*	Pain au lait - jus de fruits - petit-suisse aromatisé	Galette au beurre - fromage blanc nature - jus d'orange	Pétales de maïs - lait nature - fruit*	Pain - barre de chocolat - yaourt nature	Pain - beurre - purée de pomme fraise

Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger.



Légumes et fruits de saison

Betterave * Carotte * Céleri rave *
Chou de Bruxelles * Épinard * Poireau * Kiwi

Salade Arlequin : tomate, concombre, maïs, haricots mungo, vinaigrette.
Salade mikado : concombre, échalote, maïs, oignons, tomate, vinaigrette.
Salade russe : pommes de terre, macédoine de légumes, mayonnaise, œuf dur.
Taboulé à l'orientale : semoule, tomate, poivrons, pois chiches, huile d'olive, menthe.

Pain bio AB à tous les repas et aux goûters pour les villes de : Champigny-sur-Marne et Compiègne.



La composition complète des menus (ingrédients et allergènes) est disponible en scannant ce qr code >>>