

# Septembre

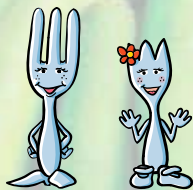
Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus



	Lundi 30 août	Mardi 31 août	Mercredi 1 <sup>er</sup>	Jeudi 2	Vendredi 3	Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10	Lundi 13
<b>Hors d'œuvre</b>	Tomate à croquer	Salade verte vinaigrette	Pizza au fromage	Betteraves vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette citron cumin menthe	Sauté de veau Marengo	Melon	Tomate à croquer	Taboulé à l'orientale	Betteraves vinaigrette	Salade de haricots blancs
<b>Plat principal et garniture</b>	Curry de légumes aux pommes de terre	Filet de poisson meunière et citron Riz	Sauté d'agneau au romarin pavé mexicain Brocolis duo de carottes	Raviolis de légumes Salade verte	Omelette nature Petits pois au bouillon	ou tajine de légumes Semoule semi-complète	Poulet rôti omelette nature Duo de haricots verts et pommes de terre	Carbonara de légumes Fusilis	Filet de lieu à la sauge pavé épinards emmenthal graines de courges Purée de courgettes et pommes de terre	Boulettes de bœuf sauce tomate ou bouchées de soja tomate basilic sauce tomate Cœurs de blé aux petits légumes	Sauté de dinde sauce blanquette riz semi-complet Légumes blanquette
<b>Fromage Laitage</b>	Petit-suisse nature	Mimolette	Yaourt nature	Emmenthal	Camembert	Cantal	Fromage frais à tartiner	Fromage blanc nature	Tome noire des Pyrénées	Petit-suisse aux fruits	Yaourt aromatisé vanille
<b>Dessert</b>	Fruit	Purée de pommes fraise	Fruit	Liégeois au chocolat	Semoule au lait	Raisin	Purée de pommes	Tarte aux poires	Poire	Fruit	Fruit
<b>Goûter</b>	Pain - barre de chocolat - fruit	Pain - gelée de groseilles - fruit	Madeleine - petit-suisse nature - jus multifruits	Viennoise nature - lait nature - fruit	Barre de céréales - yaourt nature - fruit	Pain - beurre - lait nature	Croissant - fruit	Pain - fruit - barre de chocolat	Pain au lait - confiture d'abricots - jus d'orange	Pain - fromage à tartiner nature - purée de pomme banane	Petits beurre - fromage blanc - jus multifruits

	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17	Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29
<b>Hors d'œuvre</b>	Melon	Salade iceberg vinaigrette	Pastèque	Tomate vinaigrette	Semaine bio et locale							
<b>Plat principal et garniture</b>	Cubes de poisson aux graines ou croustillants de blé Pâtes aux légumes du soleil	Parmentier de bœuf ou parmentier végétal	Sauté d'agneau aux fèves omelette nature Brocolis et pommes de terre	Quenelles sauce forestière Semoule semi-complète	Escalope de dindonneau au romarin ou filet de colin sauce citron Carottes	Jambon de dinde omelette nature Coquillettes	Daube de bœuf à la provençale ou égrené de soja sauce tomate Courgettes et pommes de terre	Filet de poisson frais au pesto d'herbes Haricots verts fondants	Riz aux haricots rouges gourmands	Sauté d'agneau mironton émincé de blé sauce tomate Flageolets	Poulet rôti ou pavé emmenthal épinards aux graines de courges Carottes	Filet de poisson frais crème au poivron rouge Trio de fleurette
<b>Fromage Laitage</b>	Bûche de chèvre	Tome noire des Pyrénées	Édam	Fromage blanc aux fruits	Comté	Yaourt aromatisé fraise	Fromage frais à tartiner	Mimolette	Petit-suisse nature	Camembert	Fromage à tartiner fouetté	Fromage blanc nature
<b>Dessert</b>	Purée de pommes fraise	Purée de pommes abricots	Semoule au lait	Duo de raisin	Fruit	Moelleux au chocolat	Fruit	Poire conférence	Salade de fruits frais	Fruit	Riz au lait	Tarte normande
<b>Goûter</b>	Pain - miel - fromage blanc nature	Pain - barre de chocolat - fruit	Pain - gelée de groseilles - fruit	Cookie chocolat - lait nature - purée de pommes	Viennoise aux pépites de chocolat - lait nature	Pain - confiture de fraises - fruit	Biscuit moelleux - fromage blanc - purée de pommes fraises	Pain - beurre - fruit	Pain - barre de chocolat noir - jus d'orange	Quatre quarts - purée de pommes - lait nature	Pain - confiture de fraises - fromage blanc nature	Pain - barre de chocolat - fruit

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



**Carbonara de légumes** : brocolis, carottes, haricots blancs, crème fraîche.

**Salade de boulgour quinoa** : duo boulgour quinoa, poivron, concombre, feta, huile d'olive.

**Salade de lentilles** : lentilles, échalotes, vinaigrette.

**Salade de pommes de terre à l'indienne** : pommes de terre, pois chiches, maïs, vinaigrette au cumin.

**Taboulé à l'orientale** : semoule, tomate, poivrons, pois chiches, huile d'olive, menthe.

### Fruits de saison

- Kiwi
- Orange
- Pêche
- Poire
- Pomme
- Prune
- Raisin

Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger.

Pain bio à tous les repas et aux goûters.

# Octobre

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



	Jeudi 30 sept.	Ven. 1 <sup>er</sup> oct Menu italien	Lundi 4	Mardi 5	Mercredi 6	Jeudi 7	Vendredi 8	Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14
<b>Hors d'œuvre</b>	Concombre vinaigrette	Velouté de tomates	Salade de haricots verts fondants vinaigrette	Velouté de légumes	Chou rouge	Salade de pâtes au maïs	Carottes râpées vinaigrette	Lentilles vinaigrette	Pomélo	Duo haricots rouges et maïs sauce tomate	Cœurs de laitue vinaigrette
<b>Plat principal et garniture</b>	Escalope de dinde ou légumes de couscous et pois chiches Duo de boulgour quinoa	Tarte tomate fromage de chèvre Salade iceberg vinaigrette	Égrené de soja sauce tomate Céréales méditerranéennes	Brandade de morue Salade iceberg vinaigrette	Carbonade de bœuf ou omelette Carottes	Filet de poisson frais sauce tomate Petites fleurettes de chou fleur	Sauté de porc aux pruneaux ou curry de lentilles corail coco Duo boulgour quinoa	Mijoté de bœuf au romarin ou pavé végétal tomate Jeunes carottes	Filet de lieu sauce crème citron ou omelette nature Duo épinards pommes de terre	Riz semi-complet	Chipolatas ou cubes de poisson aux graines Purée de butternut
<b>Fromage Laitage</b>	Emmenthal	Fromage à tartiner fouetté et gressins	Saint-nectaire	Fromage blanc	Emmenthal	Yaourt nature	Saint-paulin	Yaourt aromatisé aux fruits	Comté	Camembert	Mimolette
<b>Dessert</b>	Flan nappé caramel	Raisin	Fruit		Quatre quarts au citron	Pomme	Salade de fruits	Fruit	Flan chocolat	Poire	Tarte normande
<b>Goûter</b>	Pain - beurre - fruit	Pain au lait - fruit - jus d'orange	Petits-beurre - yaourt nature - purée de pomme banane	Pain - confiture de fraises - fruit	Pain - barre de chocolat - fruit	Pain au lait - jus d'orange - petit-suisse nature	Pain - barre de chocolat - lait nature	Pain - barre de chocolat noir - purée de pomme mangue	Cookies chocolat - yaourt nature - fruit	Pain - beurre - petit-suisse aux fruits	Pain au lait - confiture de fraise - fruit
	<b>Vendredi 15</b> Promenons-nous dans les bois	<b>Lundi 18</b>	<b>Mardi 19</b>	<b>Mercredi 20</b>	<b>Jeudi 21</b>	<b>Vendredi 22</b>	<b>Lundi 25</b>	<b>Mardi 26</b>	<b>Mercredi 27</b>	<b>Jeudi 28</b>	<b>Vendredi 29</b> Menu Romainville
<b>Hors d'œuvre</b>	Tarte au potimarron	Macédoine	Œuf dur mayonnaise	Salade rizzoni	Carottes râpées	Rôti de porc sauce charcutière ou omelette au fromage Coquillettes	Salade de lentilles vinaigrette	Couscous boulettes merguez ou couscous bouchées soja tomate basilic Semoule	Chou rouge vinaigrette	Velouté de légumes	Salade verte aux croûtons et dés de fromage
<b>Plat principal et garniture</b>	Rôti de dinde froid sauce tartare ou émincé de blé sauce forestière Haricots verts fondants aux châtaignes	Poulet sauce cajun ou curry de légumes Céréales gourmandes	Riz aux amandes Brocolis	Filet de poisson frais sauce champignons des bois Haricots verts	Sauté de bœuf aux haricots rouges ou pavé du fromager Ratatouille et pommes de terre	Sauté de porc sauce charcutière ou omelette au fromage Coquillettes	Sauté de dinde sauce paprika ou omelette nature Jardinière de légumes	Couscous bouchées soja tomate basilic Semoule	Sauté de veau et haricots blancs ou légumes à la provençale Carottes	Œuf à la coque et baguette Frites	Mini penne façon carbonara de dinde ou mini penne à l'égrené de soja façon bolognaise
<b>Fromage Laitage</b>	Fromage à tartiner aux noix	Fromage blanc aux fruits	Tome des Pyrénées	Yaourt aromatisé abricot	Brie de Meaux	Saint-paulin	Fromage à tartiner nature	Yaourt aromatisé fraise	Cantal	Petit-suisse nature	Comté
<b>Dessert</b>	Duo de raisin	Fruit	Pomme	Fruit	Flan nappé vanille	Salade de fruits frais	Fruit	Fruit	Semoule au lait	Fruit	Moelleux au chocolat
<b>Goûter</b>	Pain - barre de chocolat - jus d'orange - fruit	Pain - beurre - petit-suisse - aux fruits	Pain - gelée de groseilles - jus de raisin	Galettes au beurre - fruit - lait nature	Pain - barre de chocolat - fruit	Barre de céréales - lait nature	Pain - barre de chocolat - fruit	Pain - crème de marrons - lait nature	Madeleine - petit-suisse nature - fruit	Pain - miel - fruit	Pain au lait - jus de raisin - fruit

- : produit issu de l'agriculture biologique
- : produit d'indication géographique protégée
- : produit d'appellation d'origine protégée
- : produit label rouge
- : produit issu de la démarche bleu blanc cœur
- : œuf ou viande de France
- : produit à haute valeur environnementale

: plat élaboré par nos cuisiniers à partir de produits bruts ou peu transformés

**Fruits de saison**

Kiwi • Orange • Pêche

• Poire • Pomme • Prune • Raisin

**Salade de pâtes au maïs**: pâtes, maïs, vinaigrette.

**Salade rizzoni**: pâtes, tomates, échalote, basilic, vinaigrette.

Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger.

Pain bio à tous les repas et aux goûters.