

MENUS Juillet 2021



	Jeudi 1 ^{er}	Vendredi 2	Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15 Menu grec	Vendredi 16	
Hors d'œuvre	Pastèque	Carottes râpées vinaigrette au citron	Betteraves vinaigrette	Colombo de poulet ou curry de légumes aux épices douces	Iceberg vinaigrette	Melon	Œuf dur mayonnaise	Macédoine vinaigrette	Pilons de poulet enrobage aux herbes ou œuf à la coque	Mercredi 14	Salade grecque	Lentilles à l'antillaise	
Plat principal et garniture	Boulettes de bœuf sauce tomate ou bouchées soja tomate basilic Frites	Émincé de bœuf aux haricots rouges ou légumes à la provençale Semoule	Omelette nature Carottes sauce crème et pommes de terre	Purée de patate douce	Duo de saumon et colin sauce crème citron Mini penne	Rôti de dinde froid mayonnaise ou pavé emmental épinards graines de courges Haricots beurre à la châtaigne	Sauté de veau Marengo ou dhal de lentilles corail Duo de courgettes et pommes de terre	Sauté de bœuf sauce provençale ou égrainé de soja sauce tomate Duo de carottes et pommes de terre	Potatoes ketchup		Émincé de dinde et pain pita ou émincé de blé et pain pita	Salade iceberg sauce crème ciboulette citron	Riz semi complet
Fromage Laitage	Gouda	Tome des Pyrénées	Yaourt aromatisé	Emmenthal	Saint Paulin	Fromage frais aux fruits	Camembert	Comté	Yaourt nature		Cantal	Fromage blanc aux fruits	
Dessert	Dés d'ananas au sirop léger	Flan chocolat	Fruit *	Pastèque	Liégeois au chocolat	Tarte grillée aux abricots	Melon jaune	Fruit *	Fruit *		Flan à la vanille nappé caramel	Fruit *	
Goûter	Pain - miel - fruit *	Pain au lait - jus de raisin - purée de pomme	Pain aux céréales - barre de chocolat - purée de pomme	Galettes au beurre - petit-suisse - jus multifruits	Pain au lait - barre de chocolat - fruit *	Pain - confiture d'abricots - fruit *	Pain viennois aux pépites de chocolat - lait nature - fruit *	Pain au lait - barre de chocolat - purée de pomme fraise	Pain viennois - petit-suisse aux fruits - jus d'orange		Madeleine - yaourt nature - fruit *	Pain - confiture de fraises - yaourt à boire	
	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29 Menu belge	Vendredi 30	<p>En route pour les Jeux Olympiques de Tokyo 2021.</p>		
Hors d'œuvre	Tomate vinaigrette	Salade de pommes de terre olives et maïs	Pastèque	Carottes râpées vinaigrette	Ratatouille	Tomate à croquer ou tomate vinaigrette	Lentilles à l'échalote	Carottes râpées sauce vinaigrette	Salade verte sauce vinaigrette	Pastèque			
Plat principal et garniture	Émincé de bœuf aux carottes ou duo de haricots rouges, carottes et maïs Mini penne	Filet de lieu sauce armoricaine Julienne de légumes	Saucisses de volaille ou beignets de brocolis Écrasé de pommes de terre	Rôti de dinde sauce au miel ou bouchées soja tomate basilic sauce tomate Épinards	Duo de boulgour quinoa	Couscous de légumes et boulettes de bœuf ou couscous de légumes et pois chiches Semoule	Omelette nature Duo de courgettes à la tomate	Rôti de bœuf froid sauce tartare ou cubes de colin meunière Duo de haricots verts et flageolets	Mouclade à la crème Frites	Escalope viennoise ou pavé du fromager Fleurettes de brocolis			
Fromage Laitage	Fourme d'Ambert	Petit-suisse nature	Yaourt aromatisé	Emmenthal	Tome des Pyrénées	Fromage frais aromatisé	Camembert	Saint-nectaire	Mimolette	Yaourt nature			
Dessert	Purée de pomme pêche	Melon		Moelleux au chocolat	Fruit *		Fruit *	Île flottante	Gaufre liégeoise	Tarte aux pommes			
Goûter	Pain aux céréales - barre de chocolat - fruit *	Galettes au beurre - lait nature - fruit *	Pain au lait - barre de chocolat - purée de pomme fraise	Pain - confiture d'abricots - yaourt nature	Pain viennois pépites de chocolat - lait nature - purée pomme poire	Pain au lait - barre de chocolat - fruit *	Pain viennois - petit-suisse aux fruits - fruit *	Pain de campagne - barre de chocolat noir - fruit *	Madeleine - yaourt nature - fruit *	Pain - confiture de fraises - purée de pomme banane			



: produit issu de l'agriculture biologique



: production agricole francilienne ou provenant d'un rayon de moins de 300 km



: produit d'indication géographique protégée



: produit d'appellation d'origine protégée



: viande française



: produit label rouge



: produit issu du commerce équitable

Fruits de saison

- Abricot • Melon •
- Nectarine • Pastèque •
- Pêche • Poire • Prune

Pain bio

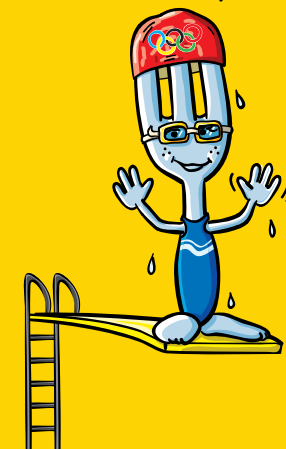
à tous les repas et aux goûters pour les villes de :
Aubervilliers, Ivry-sur-Seine, La Courneuve, et Romainville.

MENUS

Août 2021



Je m'entraîne pour ramener une médaille d'or.



Script LASER • Juin 2021

	Lundi 2	Mardi 3	Mercredi 4	Jeudi 5	Vendredi 6	Lundi 9	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12		
Hors d'œuvre	Tomate à croquer ou tomate vinaigrette		Salade verte vinaigrette aux graines de courges	Carottes râpées vinaigrette	Gazpacho		Salade verte vinaigrette à la fête	Pastèque	Menu provençal Fromage à tartiner au thon et pain aux olives		
Plat principal et garniture	Émincé de bœuf sauce aux poivrons ou omelette nature Poêlée de légumes et pommes de terre	Jambon de dinde pavé du fromager ou Coquillettes	Filet de poisson frais sauce beurre basilic ou lentilles à la tomate Haricots verts	Pilons de poulet à la mexicaine ou égrainé végétal de soja à la provençale Écrasé de pommes de terre	Salade de pépinettes, tomates, concombre et fromage	Sauté de veau marengo ou dhal de lentilles corail aux épinards Riz	Duo de céréales gourmandes et légumes du soleil	Poulet rôti ou filet de poisson frais sauce dorée Beignets de brocolis ketchup	Daube de bœuf à la provençale ou omelette aux fines herbes Ratatouille et pommes de terre		
Fromage Laitage	Fromage frais aux fruits	Cantal	Yaourt aromatisé	Tome noire des Pyrénées	Camembert	Saint Paulin	Fromage crémeux	Yaourt nature	Buchette mi-chèvre		
Dessert		Fruit	Banane	Melon	Riz au lait	Fruit	Moelleux au chocolat		Melon		
Goûter	Pain aux céréales - barre de chocolat - fruit	Galettes au beurre - petit-suisse - jus multifruits	Pain au lait - barre de chocolat - purée de pomme fraise	Pain - confiture d'abricots - yaourt nature	Pain viennois aux pépites de chocolat - lait nature - fruit	Pain au lait - barre de chocolat - purée de pomme fraise	Pain viennois - petit-suisse aux fruits - fruit	Pain de campagne - barre de chocolat noir - jus multifruits	Madeleine - yaourt nature - jus d'orange		
	Vendredi 13	Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20	Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27
Hors d'œuvre	Salade de pâtes vinaigrette balsamique	Melon	Salade de pommes de terre vinaigrette	Tomate à croquer ou tomate vinaigrette	Pastèque	Raïta de concombre et pain de campagne	Tomate vinaigrette	Melon	Sardine à l'huile et citron	Salade coleslaw	Taboulé à l'orientale
Plat principal et garniture	Filet de poisson frais à la crème ou curry de pommes de terre et pois chiches Compotée de légumes	Escalope de volaille au pesto d'herbes ou bouchées soja tomate basilic sauce rougail Coquillettes	Filet de colin au coulis de poivrons ou omelette nature Cordiale de légumes	Rôti de dinde sauce tomate ou légumes tandoori Céréales gourmandes	Salade de mini penne, fèves de soja et concombre vinaigrette à la sauce soja	Émincé de bœuf aux oignons ou égrainé de pois sauce aigre douce Duo de courgettes	Filet de poisson frais sauce à l'estragon ou pavé du fromager Riz pilaf aux épinards	Duo de haricots rouges et maïs Duo de boulgour quinoa	Rôti de bœuf froid mayonnaise ou œuf dur Haricots verts	Fish & fries	Émincé de dinde sauce provençale ou bouchées au pois chiches sauce à la coriandre Légumes du soleil
Fromage Laitage	Mimolette	Édam	Petit-suisse aux fruits	Comté	Fromage blanc	Camembert	Yaourt aromatisé	Emmenthal	Petit-suisse aux fruits	Cheddar	Fromage fondu à tartiner
Dessert	Fruit	Nappé vanille	Fruit	Purée de pomme poire	Beignet au pomme	Semoule au lait		Purée pomme banane exotiques	Banane	Cheese cake	Fruit
Goûter	Pain - confiture de fraises - yaourt à boire	Pain aux céréales - barre de chocolat - fruit	Galettes au beurre - petit-suisse - jus multifruits	Pain au lait - barre de chocolat - fruit	Pain - confiture d'abricots - fruit	Pain viennois - lait nature - fruit	Pain au lait - barre de chocolat - fruit	Pain viennois pépites de chocolat - petit-suisse aux fruits - fruit	Pain de campagne - barre de chocolat noir - jus multifruits	Madeleine - yaourt nature - fruit	Pain - confiture de fraises - yaourt à boire

Salade coleslaw : carottes, chou blanc, mayonnaise, crème fraîche.

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

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



Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger.

Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas la ville d'Aubervilliers.

