

# COMPOSITION DES MENUS DU MOIS DE MARS 2020 (PRÉVISIONS)

LUNDI 2	MARDI 3	MERCREDI 4	JEUDI 5	VENDREDI 6
Salade verte/croûtons 🏠 Chili con carne Riz Fromage Fruits	<b>Menu végétarien bio</b> 🏠 Salade de tofu ★ Galette végétale de blé et d'épeautre Haricots verts Fromage Compote	Tomate/emmental ★ Emincé de dinde 🏠 Carottes sautées au curry Fromage Fruits	Betteraves en salade Jambon braisé 🏠 Frites Fromage Fruits	🏠 Salade composée 🏠 ★ Saumon/merlu en sauce Chou-fleur Yaourt/biscuits
LUNDI 9	MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12	VENDREDI 13
<b>Menu végétarien</b> Feuilleté au fromage 🏠 Gratin épinards/Boursin Boulgour Fruits	🏠 Soupe crécy Steak haché 🏠 Purée de P de terre Glace	Maïs/thon 🏠 Côtes de porc/sauce champignons 🏠 Polenta Fromage Fruits	🏠 Salade arlequin ★ Beignets de calamars 🏠 Courgettes sautées Fromage blanc/crème de marron	<b>Menu bio</b> Concombre à la crème <b>VF</b> Poulet basquaise Fusillis Fromage Fruits
LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18	JEUDI 19	VENDREDI 20
Salade d'endives/pomme granny <b>VF</b> Rôti de dinde Petits pois Fromage Compote de pomme	<b>Menu végétarien bio</b> 🏠 Salade coleslaw 🏠 Tofu sauté aux légumes Ebly Yaourt à la vanille	Sardines ★ Steak haché Purée de carottes Fromage Tarte	🏠 Paëlla Fromage Fruits	Carottes râpées ★ Sauté de porc Bio 🏠 Gratin de P de Terre Fromage Fruits
LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENDREDI 27
Céleri rémoulade <b>VF</b> Saucisses grillées Lentilles Yaourt Fruits	<b>Menu portugais</b> ★ Accras de morue 🏠 Caldeirade (ragoût de poisson et légumes portugais) 🏠 Pudim caseiro (flan caramel portugais)	Charcuterie 🏠 Omelette au fromage Salade verte Compote fraise	<b>Menu végétarien</b> Feuilleté au fromage 🏠 ★ Boulettes végétales au lait de coco Brocolis Glace	Tomates/basilic 🏠 Lasagnes de bœuf Salade verte Fromage Fruits
LUNDI 30	MARDI 31			
Salade de haricots verts 🏠 <b>VF</b> Blanquette de veau Riz Fromage Fruits	Maquereau tomate 🏠 Endives au jambon Fromage Beignets			

Tous nos repas sont composés à partir de :

Fruits et/ou légumes

Pain, aliments céréaliers, pommes-de-terre, légumes secs

Viande/poisson/produits de la pêche

Matière grasse ajoutée

Produit laitier

Produits sucrés

Légende :

**VF** : viande fraîche

★ : produit surgelé

🏠 : fait maison