Dans mon Restaurant Scolaire Du 20 septembre au 15 octobre 2021

<u>DE</u>	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 20 au 24 septembre 2021	Salade de pois chiches Saucisse de volaille Gratin de chou-fleur Fromage Fruit de saison	Saucisson avec sa salade Filet de poisson Riz aux légumes Fromage Fruit de saison		Taboulé Boulettes d'épeautre Tian de légumes Fromage Compote de fruit	Salade verte Daube de boeuf pomme vapeur Yaourt Fruit de saison
Semaine du 27 septembre au 01 octobre 2021	Sardine avec sa salade Jambon beurre Macaronis Fromage Fruit	Carottes râpées Poisson Gratin de brocolis Fromage fruit		Salade de tomates Au Boursin Gardianne de taureau Pomme purée compote	Salade céréalienne Flan aux légumes Fromage Gateau d'anniversaire au citron
Semaine du 04 au 08 octobre 2021	Salade de pomme de terre rôti de porc flageolets fromage fruit	Salade verte avec son toast au fromage Pilon de poulet Haricot verts flan de semoule		Salade verte raviolis à la crème de fromage crème dessert fruit de saison	Betterave féta Poisson au naturel Au fenouil Gratin dauphinois fruit
Semaine du 11 au 15 octobre 2021 Semaine du gout	Carottes râpées à l'indienne Sauté de volaille au curry Riz Fromage blanc au miel compote Repas Indien	Couscous aux merguez Semoule avec ses légumes Fromage de chévre et sa salade Fruit		Toast au guacamole Chili végétarien Polenta Fromage Fruit Repas Mexicain	Salade tomates olives mozzarella Spaghettis bolognaise avec son fromage râpé Raisin blanc

Pain Bio tous les jours Viandes, poissons, œufs Céréales, féculents et légumineuses Fruits et Légumes Produits laitiers Toutes les viandes servies sont exclusivement d'origines françaises

Nous restons tributaires de certains phénomènes indépendants de notre volonté, tels que rupture du fournisseur ou mouvements de grèves. Dans ces cas de figure, les menus peuvent subir des modifications de dernière minute. Toutes les viandes de bœuf sont d'origine française.

Produit issu de l'Agriculture Biologique :

Produit à Mallemort :



Menu sans protéine animale

C'est la rentrée, octobre sera un mois de découverte!



Le 1^{er} octobre, pour la journée mondiale du végétarisme, nous partons à la découverte des céréales!

Pour l'occasion un grand concours nationale de dessin aura lieu sur la thématique : l'univers des céréales et des produits céréaliers à travers l'activité physique et le sport. Les réfectoires seront décorés et les enfants recevront des supports ludiques pour découvrir les céréales.



Du 11 au 17 octobre, pour la semaine du gout, le restaurant scolaire fera découvrir aux enfants des menus de différents pays : Indien, mexicain, maghrébin, italien.

Vous aussi partez à la découverte de nouvelles recettes du chef!

Ce mois-ci, nous vous proposons la salade céréalienne à votre façon :

200 g de céréales (riz, pâtes, quinoa, boulgour....)

80 g de légumineuses (pois chiche, lentilles, haricots rouges...)

250 g de légumes cuits

250 g de légumes crus

Vinaigrette et aromates (coriandre, ciboulette, estragon...)

(Par exemple : riz, haricots rouge, carottes rapées et haricots verts ou boulgour, pois chiche, concombre, carottes cuites)

