

MENUS DU MOIS DE NOVEMBRE 2018

(sous réserve d'approvisionnement)



En Novembre les légumes et fruits de saison sont

Le brocolis

La poire

Nous découvrirons :

L'eau à l'état liquide

L'Egypte

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 05 au 09	Salade scarole Lasagnes à la bolognaise Lou Vachou Liégeois à la vanille	Maïs - thon Sauté de bœuf aux oignons Petits pois Saint Nectaire Fruit de saison	Carottes râpées Galopin de veau Pommes noisette Cantadou Petits suisses aromatisés	Quiche au fromage Œufs durs Epinards béchamel Petit moullé ail et fines herbes Fruit de saison	Endives aux dés de brebis Couscous de colin Flan au chocolat
Du 12 au 16	Salade de tortis andalouse (tomates, olives, basilic) Aiguillettes de poulet panés Choux fleur sauce mornay Crème anglaise Madeleine	Velouté de potiron (eau à l'état liquide) Tartiflette au reblochon (région Auvergne - Rhône - Alpes) VEGETARIEN : Pois chiches à la provençale et pommes de terre Petit suisse sucré Fruit de saison	Taboulé Paleron de bœuf Haricots verts Vache qui rit Fruit de saison	Mélange hollandais et dés de gouda (carottes, batavia, céleri, chou blanc) Emincé de tofu à la tomate Riz de Camargue Ananas au sirop	Salade de lentilles Filet meunière et citron Purée de panais Berger de Lozère Fruit de saison
Du 19 au 23	Coppa VEGETARIEN : Chou chinois Veau marengo Semoule Edam Fruit de saison	Pizza Chipolatas VEGETARIEN : Nuquets de blé Brocolis à la crème Lozère vache Fruit de saison	Iceberg Lamelles d'encornets à la provençale Riz de Camargue Cotentin Mousse au chocolat	Endives et dés d'emmental Pot au feu et ses légumes Purée de pommes	Potage crécy Tortellini ricotta-épinards Fromage blanc nature Crème de marrons
Du 26 au 30	Salade de pommes de terre parisienne (tomate, oignon, maïs) Rôti de porc VEGETARIEN : Galette de soja Poêlée de légumes Vache picon Fruit de saison	Menus Egypte Salata baladi (concombres, tomates, salade verte) Kochary (plat complet base de pâtes, lentilles, pois chiches et sauce tomate épicée) Brique de brebis Cocktail de fruits au sirop	Salade de blé méditerranéenne (thon, tomate) Sauté de dinde aux olives Flan de potiron Coulommiers à la coupe Purée de poires	Betteraves vinaigrette Steak haché à l'échalote Purée Yaourt fermier sucré Fruit de saison	Batavia Colin sauce safranée Carottes vichy Gouda Tarte au cacao

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Bonjour,

Veillez trouver ci-joint les menus pour le mois de Novembre.

Vous y trouverez les animations suivantes :

- **Animation Pédagogique « L'eau pour le développement durable » :**

o L'eau à l'état liquide : mise en avant sur les menus avec un « velouté de potiron »

o La mise en avant de la région Auvergne Rhône-Alpes avec le reblochon AOC inclus dans la recette de la tartiflette !



- **Animation Ludique « à la découverte des sports nautiques : L'AVIRON » :**

o Menus sur l'Égypte (pays d'origine de l'aviron) :

▪ Salade baladi : mélange de crudités (concombres, tomates, salade verte)

▪ Kochary : plat complet à base de pâtes, lentilles et pois chiches avec une sauce tomate légèrement épicée ! Vous recevrez sous 2 barquettes = 1 barquette de pâtes + 1 barquette avec

▪ Brique de brebis

▪ Cocktail de fruit au sirop (coupelle individuelle)



**Nos pâtisseries
maison**

Quiche au
fromage

Tarte au
cacao