
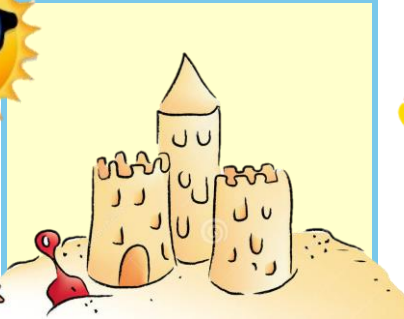
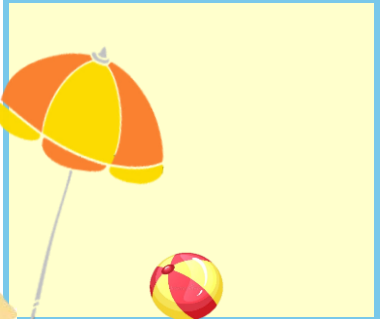









## Menus du 30 août au 3 septembre 2021







lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
			<ul style="list-style-type: none"> <li>Pastèque</li> <li>Steak haché</li> <li>Pommes de terre sautées</li> <li>Glace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lasagnes au poisson</li> <li>Salade</li> <li>Fromage à la coupe</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>
			 Fruit / pain fromage	 Purée de fruits / pain beurre

## Menus du 6 au 10 septembre 2021

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>Couscous végétarien</li> <li>Semoule aux pois chiches</li> <li>Fromage à la coupe</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melon</li> <li>Galette artisanale saucisse</li> <li>Salade verte aux noix</li> <li>Yaourt sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poisson meunière sauce tartare</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Petit suisse aromatisé</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de pâtes (coquillettes, tomate, poivron, crème fraîche)</li> <li>Pilon de poulet rôti</li> <li>Haricots verts persillés</li> <li>Flan nappé à la vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Blanquette de poisson frais</li> <li>Carottes et riz</li> <li>Fromage à la coupe</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>
 Fromage blanc / céréales	 Purée de fruits / pain fromage	 Purée de fruits / pain beurre	 Fruit / pain fromage	 Yaourt / pain confiture

Plat sans viande 

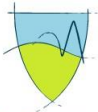
### Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

-  Fruits et légumes
-  Céréales, légumes secs
-  Produit sucré
-  Viande, poisson, oeuf
-  Produit laitier
-  Matière grasse cachée



**Cuisine maison** : les **viandes** entières de **porc**, de **boeuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

**Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.



Montgermont

# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Montgermont



## Menus du 13 au 17 septembre 2021

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé</li> <li>Escalope de dinde Ratatouille</li> <li>Fromage à la coupe</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombres alpins (sauce fromage blanc, moutarde, jus de citron)</li> <li>Pizza au thon</li> <li>Salade, vinaigrette balsamique</li> <li>Fromage blanc sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves à l'échalote</li> <li>Gratin de macaronis à la bolognaise</li> <li>Fromage blanc à la confiture</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pastèque</li> <li>Tortilla (œuf, pommes de terre, oignons)</li> <li>Salade verte</li> <li>Yaourt aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomates et dés d'edam, huile d'olives et au basilic</li> <li>Tajine d'agneau aux pois chiches</li> <li>Boulgour et légumes tajine</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>
Purée de fruits / crêpe artisanale	Lait / Céréales	Fruit / pain beurre	Purée de fruits / pain fromage	Purée de fruits / pain confiture

## Menus du 20 au 24 septembre 2021

SEMAINE EUROPEENNE DU DEVELOPPEMENT DURABLE : REDUISONS NOS DECHETS!

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>Chili sin Carne (lentilles et haricots rouges)</li> <li>Riz</li> <li>Fromage à la coupe</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade multicolore (spirales tricolores, tomate, tomate, olives, vinaigrette)</li> <li>Sauté de bœuf aux haricots coco sauce paprika</li> <li>Petits pois carottes</li> <li>Compote de pommes et noisettes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de blé</li> <li>Émincé de porc à la coriandre</li> <li>Chou fleur béchamel</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de pommes de terre (avec cervelas, tomate, cornichon, mayonnaise)</li> <li>Filet de dinde, jus aux herbes de provence</li> <li>Gratin de courgettes à la mozzarella</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de carottes et mimolette</li> <li>Penne rigate</li> <li>Carbonara de poisson frais</li> <li>Crème dessert à la vanille</li> </ul>
Purée de fruits / pain confiture Plat sans viande	Fruit / pain beurre	Purée de fruits / gâteau	Purée de fruits / pain confiture	Fruit / pain beurre

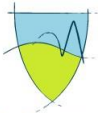
Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



**Cuisine maison** : les **viandes** entières de **porc**, de **boeuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

**Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.



Montgermont

# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Montgermont



## Menus du 27 septembre au 1 octobre 2021

### lundi

- Salade papillon (farfalles, gouda, tomate, poivron, maïs, vinaigrette)
- Poisson meunière
- Poêlée de haricots verts aux champignons
- Fruit de saison



Yaourt / pain confiture

### mardi

- Tomates aux dés de fromages et à l'échalote
- Bœuf aux haricots rouges sauce tamari
- Boulgour
- Gâteau d'anniversaire



Fruit / pain beurre

### mercredi

- Concombre et fromage vinaigrette
- Rôti de veau à la dijonnaise
- Carottes et brocolis
- Banane



Purée de fruits / pain fromage

### jeudi

- Omelette
- Gratin de macaronis
- aux légumes (tomates, courgettes, poivrons, oignons, ail)
- Glace



Fromage blanc / céréales

### vendredi

- Betteraves aux poires et aux noix
- Sauté de dinde à la forestière
- Julienne de légumes (carottes, céleri) et pommes vapeur
- Yaourt aromatisé



Fruit / pain fromage

## Menus du 4 au 8 octobre 2021

### lundi

- Salade Ibérique (courgette, thon, sauce tomate, cornichon, olive, huile olive)
  - Paëlla
  - au poulet
  - Crème Catalane
- En route vers**



Purée de fruits / pain fromage

Plat sans viande

### mardi

- Parmentier de lentilles vertes
- Salade
- Fromage à la coupe
- Fruit de saison



Lait / céréales

### mercredi

- Tomate farçie
- Semoule au bouillon de tomates
- Fromage à la coupe
- Compote de fruits



Yaourt / pain confiture

### jeudi

- Salade verte au maïs et emmental
- Longe de porc rôtie
- Petits pois cuisinés
- Riz au lait



Purée de fruits / pain beurre

### vendredi

- Pâté de campagne
- Filet de poisson frais sce moutarde à l'ancienne
- Blé tendre / fondue de poireaux
- Yaourt sucré



Fruit / pain fromage

### Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré

- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



**Cuisine maison** : les viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille sont 100% françaises. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

**Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.


## Menus du 11 au 15 octobre 2021

Un jour, une recette!







### lundi

-  Salade de tomates, emmental et noix 
-  Omelette 
-  Pommes de terre rissolées
-  Fruit de saison

 Purée de fruits / pain chocolat

### mardi

-  Taboulé à l'orientale
-  Émincé de dinde sauce suprême
-  Poêlée de carottes au fenouil ail et curcuma
-  Yaourt aromatisé

 Fruit / pain beurre

### mercredi

-  Salade fromage de chèvre, vinaigrette au miel 
-  Sauté de bœuf aux lentilles
-  Boulgour pilaf
-  Fruit de saison

 Lait / céréales


### jeudi

-  Salade de riz, carottes râpées aux dés de mimolette
-  Jambon grillé sauce champignons
-  Haricots verts
-  Fromage à la confiture de myrtilles 

 Fruit de saison / pain beurre


### vendredi

-  Filet de poisson frais à la bisque de homard 
-  Farfalles
-  Fromage à la coupe
-  Fruit de saison

 Purée de fruits / pain confiture

## Menus du 18 au 22 octobre 2021

### lundi


-  Curry de porc
-  Riz créole
-  Fromage à la coupe
-  Fruits au sirop

 Fruit / pain beurre

Plat sans viande 

### mardi

-  Betteraves ciboulette
-  Quiche aux 3 fromages 
-  Salade verte
-  Banane

 Lait au chocolat / céréales


### mercredi

-  Salade mexicaine (haricots rouges, maïs, poivron, échalote, vinaigrette)
-  Filet de poisson sauce tomate
-  Courgettes aux oignons
-  Entremets au chocolat

 Fruit / pain confiture


### jeudi

-  Concombres vinaigrette
-  Gratin Dauphinois
-  au jambon
-  Fruit de saison




 Purée de fruits / crêpe artisanale




### vendredi

-  Salade de lentilles (tomate, fromage, échalote, vinaigrette)
-  Sauté d'agneau
-  Carottes à la crème d'ail
-  Gâteau d'anniversaire 

 Fruit / pain beurre

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

-  Fruits et légumes
-  Céréales, légumes secs
-  Produit sucré

-  Viande, poisson, oeuf
-  Produit laitier
-  Matière grasse cachée



**Cuisine maison** : les **viandes** entières de **porc**, de **boeuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

**Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.