

MENUS STANDARD 5 JOURS



MAIRIE D'EFFIAT

SEMAINE 1

LUNDI 29	MARDI 30	JEUDI 02	VENDREDI 03
SALADE DE MACHE	TOMATE VINAIGRETTE	MAIS EN GRAINS	QUICHE LORRAINE
ROTI DE PORC AU JUS	ESCALOPE PANÉE VÉGÉTALIEUNE	SAUTÉ BŒUF BIO À LA TOMATE	DOS DE CABILLAUD À L'OSEILLE
GRATIN DE CHOUX FLEURS	FUSILIS	SEMOULE COUSCOUS	EPINARDS À LA RICOTTA
MINI BRIN	EMMENTAL BIO	CAMEMBERT BIO	FROMAGE BLANC AUX FRUITS BIO
DÉLICE EXOTIQUE	COMPOTE POMME BIO	POMME	POIRE

SEMAINE 2

LUNDI 06	MARDI 07	JEUDI 09	VENDREDI 10
MACÉDOINE DE LÉGUMES	ŒUFS DURS BIO		
TOMATE FARCIE	MÉLANGE RIZ CÉRÉALES TOFU BIO		
RIZ LONG IGP BIO	BROCOLIS BIO		
GOUDA BIO	MINI CABRETTE BIO		
BANANE	ORANGE		

SEMAINE 3

LUNDI 13	MARDI 14	JEUDI 16	VENDREDI 17
TABOULÉ	BETTERAVES	PATÉ EN CROUTE	CONCOMBRE À LA CRÈME
ROTI DE BŒUF	OMELETTE BIO	ESCALOPE DE VEAU HACHÉ	FILET DE LIEU NOIR
POELÉE GOURMANDE AUX POINTE D'ASPERGES	BLÉ	PETITS POIS DOUX	POMMES RISSOLÉES BIO
YAOS À LA GRECQUE PECHE	SAINT PAULIN BIO	CRÈME PRALINÉ	MINI CABRETTE
POMME	KIWI	SALADE DE FRUITS	COMPOTE POMME BANANE

SEMAINE 4

LUNDI 20	MARDI 21	JEUDI 23	VENDREDI 24
	TOMATE	PAMPLEMOUSSE	SALADE DE MUSEAU
	GALETTE BOULGOUR HARICOTS ROUGES ET POIVRONS	CORDON BLEU DE DINDE	MEUNIÈRE DE COLIN
	DUO DE CAROTTES ET PANAIS	COQUILLETES	GALETTE DE POTIRON
	PETIT CROC LAIT BIO	YAOURT FRAMBOISE BIO	BREBICRÈME
	PALET BRETON BIO	COMPOTE DE POMME BIO	COUPELLE DE FRUITS AU SIROP

SEMAINE 5

LUNDI 27	MARDI 28	JEUDI 30	VENDREDI 31
CÉLÉRI RÉMOULADE	POIREAUX VINAIGRETTE	BETTERAVES A L'ECHALOTE	HARICOTS VERTS VINAIGRETTE
POTATOES BURGER	OMELETTE AU FROMAGE	SAUTE DE PORC A L'ANANAS	FILET DE MERLU SAUCE CITRON
EMMENTAL BIO	HARICOTS BEURRE	MÉLI MÉLO GOURMAND	PURÉE DE CAROTTES PANAIS
BANANE	SAINT NECTAIRE	FROMAGE BLANC	P'TIT SOIGNON
	KIWI	FRUITS AU SIROP	POMME

MAI

REPAS VEGETARIEN

REPAS BIO