



Menu st jean de védas

Du 06 nov. au 12 nov.

Du 13 nov. au 19 nov.

Du 20 nov. au 26 nov.

Du 27 nov. au 03 déc.

LUNDI

Salade de pois chiches nature
Omelette du chef
Haricots verts persillés
Fruit **BIO** de saison

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)
Sauté de volaille aux 4 épices
Carottes fraîches sautées
Fruit **BIO** de saison

Betteraves en salade
Sauce carbonara aux lardons * / sauce carbonara de volaille
Pommes vapeurs et fromage à tartiflette
Fruit **BIO** de saison

Taboulé **BIO** du chef
Aiguillettes de poulet au jus
Haricots beurre persillés
Fromage blanc **BIO**

MARDI

Sauce carbonara aux lardons * / sauce carbonara de volaille
Macaronis et râpé
Vache picon
Flan vanille nappé caramel

Salade de chou fleur vinaigrette
Sauce cheddar
Macaroni
Milk shake maison à la grenadine

Filet de colin sauce citron
Boulghour **BIO**
Emmental
Crème à la vanille

Salade de pâtes
Boulettes d'agneau au curry
Choux fleurs persillés
Flan vanille nappé caramel

MERCREDI

Salade de blé à la tomate
Nugget's de volaille
Epinards branches et croûtons
Fruit **BIO** de saison

Velouté de brocolis
Escalope de porc au jus* / Filet de poulet
Gratin dauphinois
Petit suisse **BIO** aromatisé

Sauté de volaille à la crème
Poêlée bretonne
Edam
Gâteau aux pépites de chocolat du chef

Salade de saison
Cordon bleu
Purée de pommes de terre
Tartare nature

JEUDI

Sauté de boeuf aux oignons
Semoule **BIO**
Plateau de fromages
Compote de poires **BIO**

Filet de poisson sauce curry
Riz **BIO** pilaf
Yaourt nature **BIO**
Fruit **BIO** de saison

Salade de saison
Quenelle à la sauce tomate
Pâtes **BIO**
Compote pomme banane **BIO**

Hoki sauce provençale
Riz camarguais **BIO**
Gouda
Compote pomme fraise

VENDREDI

Salade verte **BIO**
Hoki pané
Purée de courges
Gâteau aux amandes et coco

Boulettes de boeuf à la provençale
Blé
Brie
Crème au chocolat

Salade de pâtes
Stifado de boeuf
Haricots verts **BIO** à l'ail
Yaourt aromatisé

Velouté de légumes du chef
Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Fruit **BIO** de saison

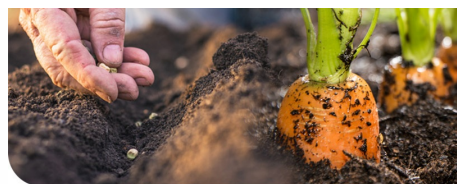
La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries





Menu st jean de védas

Du 04 déc. au 10 déc.

Du 11 déc. au 17 déc.

Du 18 déc. au 24 déc.

LUNDI

Tortillas pomme de terre et oignons
Poêlée arlequin
Yaourt nature
Gâteau au chocolat du chef



Salade de haricots verts
Chipolatas au jus* / saucisse de volaille
Lentilles mijotées aux oignons
Eclair au chocolat

Steack Haché sauce Paprika
Purée de pommes de terre
Petit suisse BIO aromatisé
Fruit BIO de saison



MARDI

Sauté de boeuf bourguignon
Pommes vapeur
Tomme de Savoie
Fruit BIO de saison



Taboulé
Calamars à la romaine et citron
Carottes fraîches sautées
Fromage blanc BIO



Salade de blé à l'orientale
Omelette aux fines herbes
Epinards branches et croûtons
Camembert BIO



MERCREDI

Salade de pâtes
Sauté de volaille au paprika
Poêlée campagnarde
Petit suisse BIO aromatisé



Salade de saison
Boulettes de bœuf au jus
Boulghour
Emmental BIO

Velouté de légumes du chef
Filet de poisson sauce armoricaine
Tagliatelles
Dessert de Noël maison
Clémentine BIO et papillotes



JEUDI

Carottes râpées BIO
Paupiette de veau sauce forestière
Haricots blancs au jus
Crème au chocolat



Potage crecy
Lasagnes maison de légumes
Fruit BIO de saison

Pâté en croûte de volaille
Pointes d'aiguillettes sauce aux marrons
Pommes pins
Fondant au chocolat
Clémentine BIO et papillotes



VENDREDI

Filet de poisson à la dijonnaise
Semoule BIO
Plateau de fromages
Compote de pommes BIO



Salade de pois chiches au cumin
Aiguillettes de poulet au romarin
Chou fleur à la béchamel
Crème dessert BIO

Salade de lentilles
Rôti de porc aux olives* / rôti de dinde
Poêlée de carottes, navets et champignons
Fruit BIO de saison



La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

