



Menu st jean de védas

Du 04 sept. au 10 sept.

Du 11 sept. au 17 sept.

Du 18 sept. au 24 sept.

Du 25 sept. au 01 oct.

LUNDI

Tomate en salade  
Tortellini épinards sauce tomate et râpé  
Compote de pommes **BIO**



Salade de haricots verts  
Boulettes de bœuf au jus  
Blé **BIO**  
Yaourt nature



Omelette du chef  
Poêlée campagnarde  
Tomme noire  
Fruit **BIO** de saison



Melon **BIO**  
Boulettes d'agneau sauce orientale  
Riz pilaf  
Fromage les Fripons



MARDI

Salade de pépinettes  
Rôti de porc au jus  
Carottes sautées **BIO**  
Saint paulin



Melon **BIO**  
Tortillas pomme de terre et oignons  
Poêlée arlequin  
Mousse au chocolat



Steak haché sauce barbecue  
Courgettes persillées  
Fromage fondu de Brebis  
Donuts



Concombre **BIO** sauce bulgare  
Nuggets végétal  
Pommes paillason  
Coulommiers  
Ketchup



MERCREDI

Aiguillettes de poulet au jus  
Haricots verts à l'ail  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau aux amandes et coco



Chipolatas \*  
Lentilles au jus  
Emmental  
Compote pomme banane **BIO**



Carottes râpées vinaigrette  
Sauté de porc à la dijonnaise  
Pâtes **BIO**  
Camembert **BIO**



Sauté de volaille aux 4 épices  
Trio de légumes  
(carottes,courgettes,salsifis)  
Yaourt nature **BIO**  
Eclair au chocolat



JEUDI

Sauté de veau à la moutarde  
Semoule  
Coulommiers  
Flan vanille nappé caramel



Taboulé  
Poisson pané et citron  
Carottes **BIO** persillées  
Lou mirabel



Salade verte **BIO**  
Sauté de boeuf bourguignon  
Choux fleurs persillés  
Gâteau au yaourt du chef



Filet de colin basquaise  
Purée de pommes de terre  
Fromage blanc aromatisé  
Fruit **BIO** de saison



VENDREDI

Betteraves en salade  
Filet de poisson sauce provençale  
Riz camarguais **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Rôti de dinde à l'italienne  
Purée de pommes de terre  
Chanteneige **BIO**  
Fruit de saison



Seiches à l'armoricaine  
Pommes vapeur  
Fromage blanc nature  
Fruit **BIO** de saison



Salade de perles marines  
Rôti de porc aux olives  
Haricots verts **BIO** persillés  
Flan vanille nappé caramel



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 02 oct. au 08 oct.

Du 09 oct. au 15 oct.

Du 16 oct. au 22 oct.

LUNDI

Radis et beurre  
Pavé fromager  
Légumes façon wok  
P'tit cottentin nature



Tortillas et houmous  
Omelette du chef  
Riz camarguais  
Yaourt nature + brisures de biscuit



Salade de blé à la tomate  
Rôti de porc au jus  
Carottes fraîches sautées  
Yaourt nature **BIO**



MARDI

Salade mexicaine (haricots blanc et rouges, maïs)  
Emincé de volaille au jus  
Epinards branches et croûtons  
Fruit **BIO** de saison



Pilons de poulet rôti  
Haricots verts **BIO** persillés  
Mimolette  
Donut rose



Salade verte **BIO**  
Tortellini épinards sauce tomate et râpé  
Compote de pommes **BIO**



MERCREDI

Salade de haricots verts  
Sauce bolognaise  
Pâtes **BIO**  
Tomme blanche



Salade de brocolis vinaigrette  
Tajine de bœuf aux fruits secs  
Semoule  
Fruit **BIO** de saison



Cordon bleu  
Haricots verts **BIO** persillés  
Petit suisse aromatisé  
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Paupiette de veau au jus  
Ratatouille et riz  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Filet de colin au pesto  
Beignets de salsifis  
Plateau de fromages  
Crème dessert **BIO**



Betteraves en salade  
Boulettes de bœuf au jus  
Riz pilaf  
Brie **BIO**



VENDREDI

Filet de hoki sauce julienne  
Pommes vapeur  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Dips de carottes sauce fromage blanc  
Viande de volaille choucroute  
Chou braisé / Pommes de terre  
Fruit **BIO** de saison



Salade de pâtes  
Hoki sauce provençale  
Purée de courgettes  
Fougasse à la fleur d'oranger



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

