



Menus scolaires

Octobre 2020

A la découverte de nouvelles recettes		VACANCES		
SEMAINE 1	SEMAINE 2	SEMAINE 3	SEMAINE 4	SEMAINE 5
Lundi 5 Tomate / mozzarella Escalope de dinde <i>Label rouge</i> Lentilles <i>Bio</i> cuisinées Yaourt <i>Bio</i> aromatisé	Lundi 12 Betteraves rouge au sésame Sauté de veau Carottes de multi couleur au cumin Faisselle aux fruits rouges	Lundi 19 Consommé Cordon bleu Haricots verts <i>Bio</i> Fromage T1 Fruit	Lundi 26 Accras de morue Sauté de porc <i>Bleu/Blanc/Coeur</i> au curry Salsifis Fromage T1 Fruit	Lundi
Mardi 6 Radis / beurre Poisson pané Purée de citrouille Fromage T2 Compote <i>Bio</i>	Mardi 13 Salade César Steak haché du boucher Purée de panais Salade de fruits	Mardi 20 Choux fleur en salade Pilon de poulet <i>Label Rouge</i> basquaise Riz complet Fromage blanc <i>Bio</i>	Mardi 27 Carottes rapées Roti de dinde <i>Label Rouge</i> Flageolets <i>Bio</i> Fromage T2 Compote <i>Bio</i>	Mardi
Mercredi 7 Potage St Germain / croutons Ravioles aux courgettes Fromage T1 <i>Bio</i> Banane	Mercredi 14 Mousse de canard Moules Frites Fromage <i>Bio</i> T1 Fruit	Mercredi 21 Macédoine vinaigrette Steak haché de veau ketchup Gratin dauphinois Pêche au sirop	Mercredi 28 Betteraves / pois chiche Jambon blanc Gratin de brocolis <i>Bio</i> Eclair au chocolat	Mercredi
Jeudi 8 Brocolis <i>Bio</i> en salade Tajine d'agneau Semoule <i>Bio</i> Mousse au chocolat	Jeudi 15 Concombre vinaigrette Roti de porc <i>Bleu/Blanc/Coeur</i> coulis de tomates et poivrons rouge Duo de céréales "Bio" Gateau de patate douce	Jeudi 22 Salade verte composée Omelette nature Petits pois Semoule au lait / chocolat	Jeudi 29 Salade Ice berg / œuf dur Spaghettis <i>Bio</i> Bolognaise Gruyère rapée Fruit	Jeudi
Vendredi 9 Salade de pomme de terre Œufs durs <i>Bio</i> Gratin d'épinards Fromage T1 <i>Bio</i> Fruit	Vendredi 16 Gougères sur lit de salade Filet de lieu noir frais sauce coco/zeste de citron Poellée de courgettes Fromage T2 Fruit	Vendredi 23 Taboulé Poisson meunière Ratatouille Fromage <i>Bio</i> T2 Fruit	Vendredi 30 Consommé à la tomate Bouchée à la reine Haricots beurre Yaourt nature <i>Bio</i>	Vendredi

* Plat contenant de la viande ou plat unique

ORIGINES: VEAU - BŒUF - VOLAILLE - PORC - ŒUFS = FRANCE / POISSON= NOUVELLE ZELANDE ou FRAIS / LAITAGES= BIO

FROMAGE : +150mg calcium / portion = Type 1 (T.1) - entre 150mg et 100mg calcium/portion= Type 2 (T.2) - moins de 100mg calcium/potion= Type 3 (T.3)

Toutes les fritures sont sans huile d'arachide

La commune se réserve le droit d'apporter des modifications dans la composition des menus si nécessaire. L'équilibre alimentaire sera dans tous les cas respecté.

Les menus sont disponibles sur www.mairie-villemur-sur-tarn.fr