

Menu Septembre 2020



RESTAURANT SCOLAIRE

En Septembre, quelques fruits et légumes de saison...



L'artichaut



La mirabelle



La betterave



Le raisin



L'épinard



La prune



Le poivron



La nectarine

LUNDI	MARDI 1	JEUDI 3	VENDREDI 4
	Salade de batavia sauce vinaigrette Pâtes à la carbonara au jambon Yaourt aux fruits mixés	Salade de tomates basilic Poulet au citron Riz Cavré frais Prune	Pizza au fromage Cabillaud à l'huile d'olive Ratatouille Nectarine
	Moutarde, sulfites	Moutarde, sulfites	Poisson et dérivés
LUNDI 7	MARDI 8	JEUDI 10	VENDREDI 11
Concombre à la crème Sauté de veau aux courgettes et tomates Kivi Gâteau marbré au chocolat	MENU VÉGÉTARIEN Salade d'haricots verts et fêta Omelette Pommes de terre sautées Melon	Salade niçoise (tomates, riz, oignons, olives) Rôti de porc Courgettes en gratin (emmental rapé) Pêche au sirop	Salade de laitue et poivrons 3 couleurs Lasagne au saumon Épinards Crème dessert au chocolat
Œuf, soja, fruits à coques	Moutarde, œuf	Moutarde, sulfites	Poissons et dérivés, moutarde, sulfites, soja
LUNDI 14	MARDI 15	17	VENDREDI 18
MENU VÉGÉTARIEN Salade de betteraves crues, mâche et épinards crus, noisette sauce citron Pâtes végétales à la mozzarella (Egréné végétal) Flan aux œufs	Radis beurre Roshif Haricots verts Petits suisses aux fruits	Salade de tomates mozzarella Sauté de volaille Riz créole Crème Mont-Blanc	Mesclun sauce vinaigrette Filet de colin vapeur Gratin de brocolis, lait de coco et gingembre Petit suisse nature Banane
Moutarde, œuf	Sulfites	Moutarde, sulfites, fruits à coques, soja	Arachide, poisson et dérivés, œuf, fruits à coques
LUNDI 21	MARDI 22	JEUDI 24	VENDREDI 25
Fria de crudités (tomates, maïs, feuilles de chêne sauce vinaigrette) Ossa Bucca de veau Perles de blé Camembert Compote de pomme	Pizza maison tomates fraîches et emmental Emincé de bœuf Mélange de légumes (navets, carottes, épinards sautés) Roitelet Melon canari	MENU VÉGÉTARIEN Tarte aux légumes emmental Quenelle nature Épinards à la sauce Mornay Comté Kivi	Salade du pêcheur Batavia crevettes Nuggets de colin Pâtes tortis pilaf Emmental Crème glacée
Moutarde, sulfites	Moutarde, sulfites	Œuf, sulfites	Crustacés, mollusques, poissons et dérivés, moutarde, sulfites, soja
LUNDI 28	MARDI 29		
Salade de pâtes 3 couleurs sauce mayonnaise Rôti de veau Poêlée de légumes (haricots verts, salsifis, asperges, carottes) Yaourt aux fruits aromatisés	Beignet de morue Moussaka junior aux pâtes Chèvre Raisin muscat		
Œuf, sulfites	Poisson et dérivés, arachide		

Amandine LEDIG (cantinière) et Serge FARRUGIA (nutritionniste diététicien)

Notes

Les menus peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.

Allergènes présents à tous les repas : pain=gluten Produits laitiers = lait

Certaines répétitions dans le menu sont volontaires et permettent de profiter au maximum des produits de saison.



COMMUNE DE SAINT CHRISTOL