

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

Le salsifi

La banane

L'oignon

La poire

Le potimarron

Le citron



L'épinard

Le pamplemousse

JANVIER

Le MENU

RESTAURANT SCOLAIRE

LUNDI	MARDI 3	JEUDI 5	VENDREDI 6
 <p>Moi j'aime bien manger à la Cantine</p>	Asperge vinaigrette et mâche Raviolis ricotta épinards Parmesan Brioches des rois <small>Sulfites, soja, œuf, moutarde, fruits à coques</small>	Soupe de perles Emincés de dinde à la tomate Brocolis Emmental râpé Orange <small>Sulfites, œuf</small>	Salade de feuilles de chêne Calamars à l'armoricaine Riz nature Yaourt nature Compote de pomme <small>Sulfites, œuf, fruits à coques, moutarde, moutarde</small>
LUNDI 9	MARDI 10	JEUDI 12	VENDREDI 13
Salade de macédoine à la sauce mayonnaise Rosbif Gratin dauphinois Saint-Marcellin Clémentines <small>Sulfites, poisson, œuf, moutarde</small>	Salade strasbourgeoise Cuisse de poulet Purée de potimarron à la crème Yaourt aux fruits Poire conférence <small>Sulfites, œuf, moutarde, α-galactose</small>	Potage de légumes (carottes, navets, pommes de terre) Lasagnes aux légumes Comté Kiwi <small>Sulfites, α-galactose</small>	Salade mesclun, gésiers Cassolette cabillaud, St-Jacques, moules Riz brun Saint-Paulin Salade de fruits exotiques <small>Sulfites, α-galactose, moutarde, fruits à coques, mollusques, crustacés, poisson</small>
LUNDI 16	MARDI 17	JEUDI 19	VENDREDI 20
Pizza royale Potée aux choux Saucisses de Morteau Cantadou Ananas <small>Sulfites, soja, α-galactose</small>	Blinis et saumon fumé Ragoût d'agneau, pomme de terre tomate Roitelet Pomme Golden <small>Sulfites, œuf, fruits à coques, moutarde, soja, α-galactose, poisson</small>	Potage vermicelles Crousti fromage Potiron grillé au four Brie Poire comice <small>Sulfites, céleri, œuf, moutarde, fruits à coques, soja</small>	Salade d'endives noix et roquefort Filet de saumon à la meunière Carottes, semoule Camembert Galette des rois <small>Sulfites, œuf, poisson, fruits à coques, noix, soja</small>
LUNDI 23	MARDI 24	JEUDI 26	VENDREDI 27
Saucisson, cornichons Rôti de veau Carottes à la crème Emmental portion Mandarine <small>Sulfites, œuf, soja, α-galactose, fruits à coques</small>	Salade coleslaw Emincés de bœuf grillés Frites Tomme blanche Mousse au chocolat <small>Sulfites, œuf, soja, moutarde, α-galactose, fruits à coques</small>	Feuilleté au fromage de chèvre Epinards florentine Coulommiers Salade de fruits frais <small>Sulfites, œuf, fruits à coques, soja, moutarde, lait de chèvre</small>	Pâté en croûte, cornichons, laitue Filet de cabillaud à la bordelaise Chou romanesco P'tit Louis Poire au chocolat, biscuit <small>Sulfites, œuf, moutarde, fruits à coques, soja, poisson</small>
LUNDI 30	MARDI 31		
Salade de chou, pommes, carottes, noisettes Fideuà au poulet Tomme noire Melon canari <small>Sulfites, œuf, moutarde, fruits à coques, soja</small>	Salade de batavia Hachis parmentier de canard Pomme de terre Flan caramel <small>Sulfites, œuf, moutarde, soja</small>		

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

Notes

Les menus peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.

Allergènes présents à tous les repas : gluten = blé - lactose = produits laitiers

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



COMMUNE DE SAINT-CHRISTOL