

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



La fraise



Le poivron



La pêche



L'aubergine



La framboise



L'anti-chaut



Le melon

JUIN/JUILLET

RESTAURANT SCOLAIRE

| LUNDI 3 | MARDI 4 | JEUDI 6 | VENDREDI 7 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Boulgour au cheddar aux pommes noisettes Œufs béchamel Epinards et croûtons Prunes / Mirabelles <i>Œufs, fruits à coques, moutarde, sulfites</i> | Salade de tomates à la mozzarella et basilic Cuisse de poulet Légumes à la basquaise Compote de pommes <i>Moutarde, sulfites</i> | Concombre au yaourt Daube provençale Tortis, emmental râpé Pêche melba, boule de glace vanille et chantilly <i>œufs, α-galactose, sulfites</i> | Sortie  SCOLAIRE |
| LUNDI 10 | MARDI 11 | JEUDI 13 | VENDREDI 14 |
| Lentilles en salade, carottes râpées et cébettes Œufs au plat à la tomate et à l'ail Haricots verts Samos Cerises <i>lentilles, œufs, moutarde, sulfites</i> | Salade de batavia et croûtons Rosbif Cœur de blé Gouda Fruits au sirop <i>Moutarde, œufs, fruits à coques, α-galactose</i> | Taboulé Chipolatas Gratin de courgettes Emmental Fraises gariguettes <i>Moutarde, fruits à coques, α-galactose</i> | Journée pique-nique Pain Bagnat (thon, tomates, batavia, oignons, olives noires) Chips Yaourt à boire <i>Poisson, œufs, sulfites, moutarde</i> |
| LUNDI 17 | MARDI 18 | JEUDI 20 | VENDREDI 21 |
| Salade de pommes de terre et échalotes Sauté de poulet Haricots plats Crème chocolat <i>Sulfites, moutarde, œuf, soja, fruits à coques</i> | Salade Iceberg Alouette sans tête Farfalles sauce napolitaine Emmental râpé Compote de poire <i>Sulfites, α-galactose, moutarde, œuf</i> | Œuf mayonnaise Salade batavia vinaigrette Cake salé à la courgette et au fromage de chèvre Ratatouille Crème glacée bâton <i>Fruits à coques, œuf, sulfites, moutarde, soja, lait de chèvre</i> | Salade composée, tomate, avocat, oignon blanc, olives noires et cheddar Curry de cabillaud et crevettes / Riz créole Pêche blanche <i>Moutarde, sulfites, crustacés, poisson, mollusques</i> |
| LUNDI 24 | MARDI 25 | JEUDI 27 | VENDREDI 28 |
| Pois chiches, oignons, tomates Sauté d'agneau Printanière de légumes St Morêt Melon de Cavaillon <i>Pois, œuf, fruits à coques, moutarde, sulfites, α-galactose</i> | Salade de tomates, dès de mimolette et lupins Gratin de légumes râpés (carottes, courgettes et riz) Flan caramel <i>Sulfites, œufs, fruits à coques, lupins</i> | Batavia et asperges à la sauce vinaigrette et dès de feta Saucisse de Montbéliard Purée de pomme de terre maison Crème glacée Astérix <i>Sulfites, lait de brebis, soja, fruits à coques, moutarde</i> | Salade d'haricots verts sauce vinaigrette balsamique Tagliatelles aux 2 saumons (cuit et fumé) Parmesan râpé Pastèque <i>Œufs, sulfites, moutarde, poisson</i> |
| LUNDI 1/7 | MARDI 2/7 | JEUDI 4/7 | VENDREDI 5/7 |
| Chorizo doux, beurre Tajine de poulet (courgettes, tomates, aubergines, abricots secs) Fromage blanc Framboises fraîches <i>α-galactose, sulfites, fruits à coques, soja</i> | Cœur de palmier en salade et laitue Sauté de porc aux olives Poêlée pommes de terre et champignons Roitelet Pêche jaune <i>Moutarde, α-galactose, sulfites, pois</i> | Melon, jambon cru, cornichons Epaule d'agneau Petits pois carottes Camembert Tiramisu à la fraise <i>Lait de brebis, α-galactose, œufs, fruits à coques, soja, pois</i> | Salade de pommes, mâche lentilles, feta sauce vinaigrette Dos de colin Courgettes sautées Port Salut Brownie <i>Moutarde, poisson, œufs, fruits à coques, soja, sulfites, lentilles</i> |

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