

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

OCTOBRE



RESTAURANT SCOLAIRE



LUNDI	MARDI 1	JEUDI 3	VENDREDI 4
	Salade de batavia sauce vinaigrette	Salade de chou pommé, carottes et noisettes	Feuilleté au fromage
	Sauté de bœuf Carottes vapeur	Escalope de blé panée Haricots verts persillés	Filet de colin frais vapeur Brocolis à la crème
Tomme blanche		Fromage blanc vanillé	Yaourt nature
Cake au chocolat		Biscuits	Raision blanc Italia



LUNDI 7	MARDI 8	JEUDI 10	VENDREDI 11
Salade automnale (Champignons de Paris, mâche, cœur de palmier, pignons, dès d'emmental)	Salade de betteraves, feuilles de chêne, dès de mimolette, sauce vinaigrette	Salade d'endives à la sauce citronnette	Paté de campagne, cornichons
Steak haché Pommes duchesse	Spaghettis à la crème de courgettes, emmental râpé	Emincés de bœuf Gratin de potiron à la crème	Filet de cabillaud à la bordelaise Poêlée mélangée (carottes, chou-fleur, haricots plats)
Chocolat liégeois	Melon canari	Mini caprice des dieux Gâteau marbré	Petit suisse nature Raisin muscat du Ventoux

LA SEMAINE DU GOÛT

Saveur Ventoux

LUNDI 14	MARDI 15	JEUDI 17	VENDREDI 18
Mini-pizzas à la tomate, au basilic et à la mozzarella, olives, poivrons, herbes aromatiques	Toast de tapenade noire et mâche	Salade de lentilles, carottes, concombre, tomates, féta	Tarte à la tomate et salade de feuilles de chêne à la sauce vinaigrette
Rôti de porc Ail en chemise, thym et épeautre	Sauté d'agneau aux olives vertes Gratin dauphinois	Tagliatelles fraîches carbonara (Poitrine du Ventoux)	Aïoli
Fromage blanc avec fruits de saison et amandes	Fromage de chèvre frais Tarte aux figues fraîches avec une glace à la crème de marron	Crumble aux pommes et glace vanille	Kiri
			Compote



LUNDI 21	MARDI 22	JEUDI 24	VENDREDI 25



LUNDI 28	MARDI 29	JEUDI 31	VENDREDI



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