

Menus du mois de mars

Le pain servi tous les jours est issu de farine Label Rouge

Semaine du 2 au 6 mars

Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
+ Tomates vinaigrette	+❖ Betteraves cubes vinaigrette	+ Pomme de terre vinaigrette	+ Taboulé
+▲ Bolognaise aux petits légumes ● Coquillettes (+ emmental râpé)	+ Boule d'agneau sauce cantadou curry ● Lentilles corail & riz	+▲❖ Sauté de poulet sauce champignons Poelée de légumes	+■ Poisson meunière Choux fleurs béchamel
● Compote poire	● Kiwi	+ Mousse au chocolat & biscuit	Carré de l'Est Poire façon crumble
Gourde chocolat Biscuit	Pain beurre Barre de chocolat	Compote Gâteau	Lait Céréales

Goûter

Semaine du 9 au 13 mars

Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
+❖ Chou blanc & carotte	▲ Œuf dur mayonnaise	+❖ Céleri à la vache qui rit	+ Concombre vinaigrette
Palet du fromager ● Haricots verts	+ Chili sin carne ● Riz	+▲❖ Bourguignon ● Carottes vichy	+■ Poisson frais sauce crème Pomme de terre sautées
Pomme	● Babybel	+ Riz au lait maison	Emmental Ananas au sirop
Compote Biscuit	Compote pomme cassis Pain Pâte à tartiner	Pain beurre Fruit	Yaourt nature sucré Gâteau

Goûter

Semaine du 16 au 20 mars

Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
+❖ Betteraves cubes vinaigrette	+❖ Carottes râpées vinaigrette	+ Concombre au boursin	+ Tomates vinaigrette
+▲ Escalope de dinde sauce oignons Mélange céréales	+ Gratin de pâtes & butternut (béchamel hricots blancs)	+▲❖ Rôti de porc sauce moutarde ● Lentilles vertes	+■ Filet de colin sauce oseille Gratin de courgettes & blé
●❖ Petit suisse fruité	Saint paulin Salade de fruits	+ Compote pomme banane maison	●❖ Yaourt aromatisé fermier
Lait Céréales	Compote Gâteau	Pain beurre Fruit	Pain au chocolat Lait

Goûter

Semaine du 23 au 27 mars

Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
+ Endives aux pommes & oignons frits	+ Salade de pâtes aux petits légumes	+ Concombre à la crème & ciboulette	▲ Pâté de campagne & cornichon
Omelette Frites	+ Aiguillette de poulet sauce crème Petits pois	+ Croissant au jambon Laitue vinaigrette	+■ Filet de hoki sauce crème Purée d'épinards & courgettes à la vache qui rit
● Yaourt nature sucré	Brie + Cake chocolat maison	Compote banane & biscuit	Salade de fruits
Arlequin de fruits Gâteau	Pain beurre Fruit	Petit suisse fruité Gâteau	Compote gourde Gâteau

Goûter

Mercredis 4/03
Centre de loisirs

+ Laitue au maïs
+▲ Œufs durs à la crème Carottes en parmentier
Crème dessert vanille
Gourde pomme - Gâteau au yaourt maison

Goûter

11/03
+❖ Betteraves râpées crues
+▲❖ Emincé de dinde sauce poivrons + Ratatouille + Neufchatel
Eclair au chocolat
Pain viennois - Confiture - Lait

18/03
+ Laitue, oignons frits ceasar
+ Boule de bœuf sauce provençale ● Semoule & légumes couscous
Kiri Poire
Lait chocolaté - Gâteau

25/03
+ Pomme de terre, maïs, emmental
+ Paupiette de veau sauce tomate Haricots beurre
Liégeois vanille caramel
Pain - Fromage - Jus d'orange

Ce qu'il faut dans un repas : Une **cuidité** (fruits ou légumes cuit) // Une **crudité** (fruits ou légumes cru) // Un **aliment protidique** (viande, poisson, œuf) // Un **féculent** (pâte, riz, semoule...) // Un **produit laitier** (yaourt, fromage) // A limiter : **produits sucrés**