

# Menus du 02 octobre au 03 novembre

5 C

Semaine 40  
Du 02 au 06 octobre



Semaine 41  
Du 09 au 13 octobre  
**Semaine du Goût**  
Un jour - Un conte

Semaine 42  
Du 16 au 20 octobre

Semaine 43  
Du 23 au 27 octobre  
**Vacances scolaires**

Semaine 44  
Du 30 octobre au 03 novembre  
**Vacances scolaires**

LUNDI

Salade de pâtes alphabet  
Sauté de veau  
au romarin  
Duo de carottes  
Fromage à tartiner  
Crème dessert au chocolat  
\*\* Pané végétarien au romarin

**La petite poule rousse**  
Soupe de Bortsch  
Bœuf Stroganov  
Purée de légumes et  
oignons caramélisés  
Fromage à tartiner au poivre  
Fromage blanc  
à la confiture de fraise  
\*\* Curry de légumes

Salade de betteraves  
Rôti de bœuf à l'échalote  
Croquets  
Fromage à coque rouge  
Yaourt nature + sucre  
\*\* Pané au fromage

Salade de cœur de palmier  
Filet de colin  
sauce beurre blanc  
Torsades  
Tomme blanche  
Flan à la vanille  
\*\* Quenelles nature  
sauce soubise

Salade de carottes cuites  
Bœuf bourguignon  
Pommes de terre sautées  
Gouda  
Poire  
\*\* Galette de pois chiche



MARDI

Salade de chou blanc  
à l'emmental  
Sauté de volaille  
aux oignons  
Quinoa  
Saint Paulin  
Yaourt à la vanille  
\*\* Sauté de tofu aux oignons

**Kolobok— Roule galette**  
Salade de courgettes  
au curcuma  
Gratin de gnocchis de volaille  
à la forestière  
Roquefort  
Purée de pommes  
et dulce de leche  
\*\* Gratin de gnocchis  
à la forestière

Salade de riz  
Fricassée de poisson  
sauce matelote  
Haricots verts  
Camembert  
Crème dessert au caramel  
\*\* Soufflé de légumes /  
Haricots verts persillés

Salade de chou rouge  
Kassler  
sauce au raifort  
Purée de légumes  
Munster  
Banane  
\* Rôti de dinde sauce raifort  
\*\* Galette de céréales  
sauce raifort

**Repas végétarien**  
Macédoine de légumes  
vinaigrette  
Curry de courge  
et lentilles  
Semoule  
Fromage à pâte dure  
Raisin

*Il était une fois la cuisine des contes et légendes...*

*Nous vous proposons, à l'occasion de la **semaine du goût®** (du 09 au 13 octobre) que les héros des contes se changent en marmitons. L'occasion pour vous de découvrir de nouvelles saveurs.*

**Bon Appétit !**

MERCREDI

**Repas végétarien**  
Salade verte  
Mini penne à la bolognaise végétale  
Tomme blanche  
Orange

**L'oiseau de pluie**  
Salade de carottes cuites  
à la coriandre  
Effiloché de veau  
au gingembre  
Polenta tomate Amiwo  
Emmental  
Kiwi  
\*\* Saucisse végétale à la marjolaine

Salade d'endives  
Sauté de porc au miel  
Coquillettes  
Cancolite  
Fromage blanc  
à la rhubarbe  
\*\*/\*\* Aiguillettes végétales  
au miel

Taboulé  
Effiloché de bœuf  
sauce bourgeoise  
Légumes méridionaux  
Fromage frais à tartiner  
Ananas frais  
\*\* Cordon bleu végétal

**Toussaint**

JEUDI

Salade de radis au chèvre  
Filet de hoki  
sauce à l'oseille  
Pommes de terre  
campagnardes  
Fromage frais à tartiner  
Fromage blanc  
à la framboise  
\*\* Grillardin végétal

**Les 3 grains de riz**  
Nem aux légumes  
Sauté de poulet  
à l'aigre douce  
Riz cantonnais  
Fromage frais à tartiner  
Salade de fruits  
à la fleur d'oranger  
\*\* Grinioc à l'épeautre  
sauce aigre douce

**Repas végétarien**  
Salade de poireau au cerfeuil  
Hachi Parmentier  
au potiron végétal  
Edam  
Pomme

Salade coleslaw  
Risotto à la volaille  
Fromage à tartiner  
Raisin  
\*\* Risotto forestier

Salade de concombre  
A l'aneth  
Paëlla garnie (riz bio)  
Fromage frais à tartiner  
Fromage blanc biscuité  
\* Paëlla de poisson sans  
chorizo et sans fruits de mer  
\*\* Riz safrané /  
Flan de légumes

VENREDI

Salade de blé  
Estouffade de porc  
à l'ancienne  
Julienne de légumes  
Fromage à tartiner  
Pomme  
\* Estouffade de dinde  
à l'ancienne  
\*\* Crousty fromage

**Poucette**  
Wrap aux légumes  
Falafel  
Sauce concombre  
au fromage blanc  
Trio de choux  
Fromage à tartiner  
aux fines herbes  
Fromage blanc au miel

Salade de concombres  
Sauté de dinde au paprika  
Riz  
Fromage à tartiner  
Compote pomme -cassis  
\*\* Sauté végétal au paprika

**Repas végétarien**  
Salade de céleri rémoulade  
Omelette aux herbes  
Pommes de terre vapeur  
Ratatouille  
Comté  
Fromage blanc  
au spéculoos

Salade d'endives  
Sauté de dinde  
sauce chasseur  
Spätzle  
Céleri-sottito  
Bleu  
Pêches au sirop  
\*\* Sauté végétal  
sauce chasseur

