

Menus de MARS 24

Self CARRAZ



Lundi 04	Mardi 05	Mercredi 06	Jeudi 07	Vendredi 08
<p> <b>Salade de choux rouges</b> ou terrine de légumes</p> <p> Cuisse de poulet roti **</p> <p>Petits pois Brie</p> <p>ou autre produit laitier</p> <p> <b>Compote de pommes</b> ou autre parfum au choix</p>	<p> <b>Betteraves râpées</b> ou salade d'haricots verts Quenelles nature en béchamel</p> <p> <b>Chou-fleur &amp; pom. lamelles</b></p> <p> <b>Carré frais</b> ou autre produit laitier Crème chocolat ou autre parfum au choix</p>		<p> * Potage 7 légumes  ou macédoine</p> <p> <b>Spaghettis</b> Carbonara (allumettes de porc ou de volaille)</p> <p> <b>Emmental</b> ou autre produit laitier Eclair chocolat ou autre parfum au choix</p>	<p> <b>Carottes râpées</b> ou poireaux vinaigrette</p> <p> <b>Bœuf bourguignon</b></p> <p>Frites Yaourt nature ou autre produit laitier</p> <p> <b>Fruit de saison</b> au choix</p>
Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15
<p>Œuf dur mayonnaise ou salade verte</p> <p> <b>Couscous</b> aux légumes Délice au camembert ou autre produit laitier</p> <p> <b>Fruit de saison</b> au choix</p>	<p>Carottes râpées Kébab (émincé de veau, salade verte - pain kebab) Frites Yaourt arôme</p> <p>Salade de fruits exotiques <b>Menu STREET FOOD créé</b> par les C.M.J Longvicien</p>		<p> Céleri vinaigrette ou betteraves râpées</p> <p> <b>Dos de colin</b></p> <p>* sauce poulette Lentilles et cubes de carottes</p> <p> <b>Cancoillotte</b> ou autre produit laitier Compote de pêches ou autre parfum au choix</p>	<p> <b>Salade de pommes de terre</b> ou *salade Viking</p> <p> Paleron de bœuf</p> <p>Ratatouille Fromage blanc ou autre produit laitier</p> <p> <b>Fruit de saison</b> au choix</p>
Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22
<p>Taboulé ou *salade Parisienne</p> <p> <b>Sauté de porc IGP BFC</b> ou sauté de dinde </p> <p>Haricots beurre</p> <p>Tartare ail &amp; fines herbes Flan nappé caramel ou crème dessert</p>	<p> Crêpe au fromage ou crêpe jambon emmental</p> <p>Boulette d'agneau à la tomate Pennes Coulommiers ou autre produit laitier</p> <p> <b>Fruit de saison</b> au choix</p>		<p> * <b>Salade Coleslaw</b> ou salade verte</p> <p> * Parmentier de légumes</p> <p>Madame Loïk ou autre produit laitier</p> <p> <b>Fruit de saison</b> au choix</p>	<p>Endives à la crème de curry ou céleri vinaigrette</p> <p> <b>Médailillon de merlu</b></p> <p>* sauce Nantua Riz</p> <p> <b>Morbier</b></p> <p>ou autre produit laitier Compote pomme-coing ou autre parfum au choix</p>
Lundi 25	Mardi 26	Mercredi 27	Jeudi 28	Vendredi 29
<p>Macédoine ou terrine de légumes</p> <p> Tresse aux fromages</p> <p>Salade verte</p> <p> <b>Rondelé</b> ou autre produit laitier Crème vanille ou autre parfum au choix</p>	<p> <b>Carottes râpées</b> ou salade de choux rouges Navarin d'agneau (UE ou Nouvelle Zélande)</p> <p> <b>Flageolets</b> Camembert ou autre produit laitier</p> <p> <b>Fruit de saison</b> au choix</p>		<p><b>Radis / beurre</b> ou endives aux noix</p> <p>* Poêlée veggio de quinoa et légumes Chèvre frais ou autre produit laitier</p> <p>Tarte aux poires ou autre pâtisserie</p>	<p> <b>Céleri rémoulade</b> ou salade verte</p> <p> <b>Filet de colin</b> sauce au beurre Pommes vapeur Yaourt arôme ou autre produit laitier</p> <p> <b>Fruit de saison</b> au choix</p>

Légende

- Issu de l'agriculture biologique
- Origine France Garantie
- Indication Géographique ou Appellation d'Origine Protégée
- Produits locaux (Bourgogne-Franche-Comté)
- Certification Bleu Blanc Cœur
- Label Rouge
- Issu du commerce équitable
- Produit de saison
- MSC (Marine Stewardship Council)
- pêche durable
- Certifié Charte Environnement (Haute Valeur Environnementale)

Composition des plats (\*)

- 07 Potage 7 légumes:** carottes, poireaux, céleri rave et branches, choux fleurs, navets, haricots et petits pois
- 14 Sauce poulette:** champignons, crème, citron
- 15 Salade Viking:** haricots blancs, tomates cubes, oignons
- 18 Salade Parisienne:** champignons émincés, persillade
- 21 Salade Coleslaw:** choux blancs, carottes
- 21 Parmentier de légumes:** pomme de terre, carottes, fèves, haricots rouges, poivrons, moutarde, oignons, chapelure
- 22 Sauce Nantua:** bisque de homard, crème
- 29 Poêlée veggio:** quinoa, lentilles, brocolis, oignons

PAIN BIO tous les jours

Les produits laitiers, fromages, compotes et crudités (or fruits exotiques) sont d'origine France



1, rue Antoine Bequerel  
21300 CHENOVE  
T. 03 80 52 13 45  
desie@groupeidees.fr