



Octobre 2024

Ville de Longvic

Lundi



30
Chou blanc en salade
 Haut de cuisse de poulet au jus
Epinards
Fromage blanc sucre de canne complet
Pain d'épices

Mardi



Egalim 1
Betteraves rouges
 Tortelloni trois couleurs au fromage sauce crème
Babybel® rouge
 Pomme

Mercredi



2
 Salade verte
Filet de colin sauce américaine
 Pommes noisette
 Tomme blanche
 Tarte grillée à la cerise

Jeudi



4C 3
 Œuf dur mayonnaise
 Flamiche aux poireaux
Salade batavia sauce salade au vinaigre balsamique
Yaourt brassé à l'abricot
 X

Vendredi



4
 Taboulé
 Paleron sauce paprika
Blettes au gratin
 Kiri®
 Raisin noir

4C 7

Concombres sauce féta
 Gratin de **pommes de terre** façon tartiflette* (porc ou végétal)
 X
Compote pomme-banane



8
Carottes râpées
Filet de cabillaud sauce dugléré
 Poêlée de **légumes d'automne**
Fromage blanc
 Banane

8



9
 Taboulé de **chou fleur**
 Tortilla oignons sauce forestière
Haricots verts persillés
 Mimolette à croquer
 Gâteau au fromage blanc

9



10
 Radis
Sauté de bœuf sauce pain d'épices
 Brocolis
Babybel® rouge
Compote pomme-poire

10



Egalim 11
 Macédoine
Lentilles sauce tomate
Coquillettes
Yaourt nature sucre de canne complet
 Pomme

Egalim 11



14
Betteraves râpées
Aiguillettes de poulet sauce basquaise
 Frites
Fromage blanc sucre de canne complet
 Prune

14



15
Carottes râpées à l'orange
Omelette nature
Epinards
 Emmental
 Compote pomme abricot

15



16
 Soupe de **poireaux**
 Lasagnes à la bolognaise
Fromage frais aux fruits
 Raisin blanc

16



Egalim 17
 Cake aux **légumes** froid
 Dahl de **lentilles corail** et riz créole
 Cantal jeune
 Pomme

Egalim 17



4C 18
 Radis en salade
Dos de lieu sauce crème
 Poêlée de **légumes d'automne**
 X
 Moelleux au chocolat

4C 18



4C 21
Salade batavia sauce salade au vinaigre balsamique
Spaghetti bolognaise (bœuf)
 X
 Flan nappé caramel

4C 21



22
 Œuf dur mayonnaise
 Tarte au fromage
 Poêlée de **légumes d'hiver**
 Leerdamer®
 Banane

22



23
Chou blanc en salade
 Navarin d'agneau
 Purée de **pommes de terre**
Yaourt brassé à la fraise
 Tarte aux pommes

23



24
 Riz en salade
Filet de poisson blanc meunière
 Carottes à la crème
 Kiri®
 Ananas

24



Egalim 25
Macédoine
Flageolets sauce crème
Millet
 Tartare ail et fines herbes®
 Poire

Egalim 25



Egalim 28
Chou rouge en salade
Haricots blancs sauce tomate
Semoule
 Tomme blanche
 Purée de pomme-fraise cassis

Egalim 28



29
Salade batavia sauce salade au vinaigre balsamique
 Paleron braisé au jus
 Purée de **céleri**
Comté
Compote de pommes

29



30
 Lentilles / Maïs en salade
 Tortilla oignons sauce tomate
Blé
Yaourt nature sucre de canne complet
 Raisin noir

30



4C
 x
 Sauté de veau à l'orange
 Gratin de potiron, carottes et pom. de terre
Mimolette
 Cheesecake mandarine

4C

FERIE



1



● Bio

● Local

● Pêche durable

● AOC / AOP

● Label Rouge

● Commerce équitable



Octobre 2024

Ville de Longvic
Menu « Self »

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi



30



Egalim

1



2



4C

3



4

Chou blanc en salade
ou salade de champignons
Haut de cuisse de poulet au jus
Epinards
Fromage blanc sucre de canne complet
ou autre fromage
Pain d'épices
ou pâtisserie

Betteraves rouges
ou radis
Tortelloni trois couleurs au fromage sauce crème
Babybel® rouge
ou autre fromage
Pomme
ou autre fruit

Œuf dur mayonnaise
ou terrine de légumes
Flamiche aux poireaux
Salade batavia sauce salade au vinaigre balsamique
Yaourt brassé à l'abricot
ou autre laitage
X

Taboulé
ou salade de pom. de terre
Paleron sauce paprika
Blettes au gratin
Kiri®
ou autre fromage
Raisin noir
ou autre fruit



4C

7



8



9



10



Egalim

11

Concombres sauce féta
ou celeri rémoulade
Gratin de pommes de terre façon tartiflette* (porc ou végétal)
X
Compote pomme-banane
ou autre parfum au choix

Carottes râpées
ou salade d'endives
Filet de cabillaud sauce dugléré
Poêlée de légumes d'automne
Fromage blanc
ou autre fromage
Banane
ou autre fruit

Radis
ou salade verte
Sauté de bœuf sauce pain d'épices
Brocolis
Babybel® rouge
ou autre fromage
Compote pomme-poire
ou autre parfum au choix

Macédoine
ou betteraves
Lentilles sauce tomate
Coquillettes
Yaourt nature sucre de canne complet
ou autre fromage
Pomme
ou autre fruit



14



15



16



Egalim

17



4C

18

Betteraves râpées
ou salade de choux
Aiguillettes de poulet sauce basquaise
Frites
Fromage blanc sucre de canne complet
ou autre fromage
Prune
ou autre fruit

Carottes râpées à l'orange
ou endives en salade
Omelette nature
Epinards
Emmental
ou autre fromage
Compote pomme abricot
ou autre parfum au choix

Cake aux légumes froid
ou terrine de légumes
Dahl de lentilles corail et riz créole
Cantal jeune
ou autre fromage
Pomme
ou autre fruit

Radis en salade
ou salade verte
Dos de lieu sauce crème
Poêlée de légumes d'automne
X
Moelleux au chocolat
ou autre pâtisserie



● Bio

● Local

● Pêche durable

● AOC / AOP

● Label Rouge

● Commerce équitable