

LONGVIC SELF MENU DECEMBRE

Lundi 2	Mardi 3	Jeudi 5	Vendredi 6
 Roulade de volaille Céleri rémoulade Filet de poulet sauce crème Carottes (LEG) persillées Kiri ou autre fromage Pommes ou autre fruit	   <b>Egalim</b> Duo de choux blanc et carottes (LEG) Salade verte Céréales à l'indienne Haricots rouges (LEG) scc tomate Chanteneige ou autre fromage Banane ou autre fruit	   x Filet de poisson blanc meunière MSC Coquillettes yaourt à la vanille Yaourt nature Flan pâtissier ou autre pâtisserie	  blé en salade Salade Napoli Omelette nature Epinards Mini pavé d'affinois ou autre fromage Clémentines ou autre fruit
   Céleri rémoulade Salade de choux rouges Paëlla au poisson (O LEG) tomme blanche ou autre fromage Compote à la pêche ou autre compote	    <b>Egalim</b> Risoni en salade Taboulé à la menthe Sauté de bœuf AOP sauce marengo Purée de panais (LEG) Faisselle sucre de canne ou petits suisses nature Oranges	  x Rôti de dinde au jus Semoule yaourt brassé à la fraise Yaourt arôme Clémentine ou autre fruit	   <b>Egalim</b> choux rouge (LEG) en salade Carottes râpées & ananas Céréales méditerranéennes Pois chiches (LEG) sauce tomate (M LEG) Emmental Poires cubes au jus ou autre fromage Pommes cubes au jus
   feuillette hot dog (volaille) Salade de blé /fêta & olives Aiguillettes de poulet LR sauce Gaston Gérard Choux fleurs persillés Yaourt brassé à la framboise ou petits suisses arôme Banane ou autre fruit	   <b>4C</b> x Dos de lieu MSCpêche durable sauce normande Riz pilaf 4C Mimolette à croquer ou autre fromage Gâteau basque ou autre pâtisserie	  Panier à l'emmental avec sa salade batavia sauce vinaigrette balsamique Ballotin de poulet aux champignons sauce chasseur Purée de Potimarron (LEG) Kiri ou autre fromage Buchette de chocolat Friandises	  Carottes râpées (LEG) en salade Betteraves râpées Omelette nature Salsifis sauce blanche Yaourt nature Sucre de canne complet ou yaourt arôme Clémentine ou autre fruit
			

Légende

-  bio
-  local
-  pêche durable
-  AOC-AOP
-  Label Rouge
-  commerce équitable

