

Menus Cantine Scolaire DU 03 AU 20 janvier 2023

Lundi 02 janvier	Mardi 03 janvier	Jeudi 05 janvier	Vendredi 06 janvier
	Taboulé  Chili végétarien Haricots verts sautés Mimolette Fruit	Salade de betteraves Lasagnes au bœuf Tomates provençales Petits suisses sucrés Fruit	Salade du berger Mouclade Pomme de terre campagnardes Salsifis sautés Laitage Salade de fruits de saison
Lundi 09 janvier	Mardi 10 janvier	Jeudi 12 janvier	Vendredi 13 janvier
Poireaux vinaigrette Omelette aux fines herbes Jardinière de légumes Purée Tomme blanche Fruit	Endives en salade  Gratin de gnocchis Blettes sautées Petits suisses Pruneaux au sirop	Chou-fleur en salade Bœuf Bourguignon Pâtes au beurre Carottes sautées Fromage de Brebis Mousse au chocolat au lait	Avocat Pavé de Saumon estragon Riz créole Endives braisées Yaourt velouté fruit Salade d'orange/kiwi
Lundi 16 janvier	Mardi 17 janvier	Jeudi 19 janvier	Vendredi 20 janvier
Salade coleslow  Nuggets de blé sauce tomate Duo de courgettes sautées Purée Yaourt sucré Fruit	Nems Cuisse de poulet aux herbes Haricots beurre sautés Ebly au beurre Buchette Soignon chèvre Compote de fruits	Mâche Cassoulet Tomates provençales Yaourt grec à la vanille Fruit	Macédoine de légumes Parmentier de Poisson Chou Romanesco braisées Roquefort AOP Fruit



AOP

Viande Française

Haute valeur Environnemental

Agriculture Bio

Repas Végétarien

Les menus « végétariens » proposés peuvent être composés de protéines animales (œufs, produits laitiers) ou végétales (céréales, légumineuses, soja). Ils sont élaborés de manière à couvrir les besoins nutritionnels des enfants.

Codes couleurs des groupes d'aliments	Légumes crus / fruits crus	Légumineuses / Céréales
	Légumes cuits / fruits cuits	Laitages
	Plat protidique (viande, volaille, poisson, œuf) ou alternative aux protéines animales	Fromages
	Féculents	Dessert ou entrée sucrés, dessert gras et sucré / pâtisseries sucrées ou salées

viandes Lozère viande /Maison Farret

mes frais : SICA du Caroux/Salade de fruit