

# MENUS DES ÉCOLES

Janvier 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 30 déc. au 06 janv.	<p><b>Betteraves vinaigrette</b> Sauté de boeuf Poisson vape Pâtes <b>Fromage blanc aux fruits</b> Goûter : jus de fruits, pain, confiture</p>	<p><b>Carottes râpées</b> au citron Emincé de porc à la sauce aigre douce Dahl de lentilles au curry <b>Semoule</b> <b>Yaourt aromatisé</b> Goûter : fruit, petit suisse, biscuit Gaillardise</p>	FERIE	<p><b>Repas végétarien</b> Paëlla de légumes <b>RIZ</b> Gouda <b>Fruit</b> Goûter : compote, brioche tranchée, barre de chocolat</p>	<p>Filet de poisson meunière Escalope de volaille Purée de légumes <b>Mini cabrette</b> Tarte grillée aux pommes Goûter : fruit, pain au lait, pâte à tartiner</p>
Du 06 janv. au 10 janv.	<p><b>Carottes râpées vinaigrette</b> Nuggets de poisson et ketchup Nuggets de poulet Pommes sautées <b>Fromage blanc aux fruits</b> Goûter : compote, pain, miel</p>	<p>Chou rouge aux croustons <b>Sauté de boeuf</b> au cumin Filet de colin à l'aneth <b>Brocolis</b> Galette des rois Goûter : fruit, brioche, confiture</p>	<p><b>Repas végétarien</b> Potage de potiron Tarte au 3 fromages maison <b>Fromage blanc</b> <b>compote de fruits</b> Goûter : yaourt, mini roulé, jus de fruits</p>	<p>Salade de <b>pâtes</b> et crudités mêlées (<b>carottes</b> et tomate) Poulet rôti Oeuf dur sauce mornay <b>Epinards</b> à la crème Yaourt aromatisé Goûter : fruit, pain au lait, barre de chocolat</p>	<p><b>Repas végétarien</b> Duo de haricots (<b>haricots verts</b> et blancs) au lait de coco <b>Riz pilaf</b> <b>Camembert</b> <b>Fruit</b> Goûter : pain, beurre, fruit</p>
Du 13 janv. au 17 janv.	<p><b>Repas végétarien</b> Tajine de légumes aux raisins secs <b>Semoule</b> Cantal <b>Fruit</b> Goûter : petit suisse, biscuit Palmito, fruit</p>	<p><b>Salade verte</b> à la pomme Poisson au paprika Feuilleté au fromage Frites <b>Crème dessert vanille</b> Goûter : compote, pain, pâte à tartiner</p>	<p>Escalope de dinde grillée Omelette <b>Coquillettes</b> Chaurce <b>Fruit</b> Goûter : fruit, biscuit Gaillardise, lait</p>	<p><b>Repas végétarien</b> Croustillant à l'emmental <b>Chou-fleur</b> pommes de terre et béchamel <b>Brie</b> <b>Fruit</b> Goûter : brioche tranchée, confiture, jus de fruits</p>	<p><b>Chous blanc</b> au miel <b>Boeuf Stroganoff</b> Filet de colin au curry <b>Haricots verts</b> Riz au lait Goûter : fruit, pain, fromage</p>
Du 20 janv. au 24 janv.	<p>Filet de poisson à la ciboulette Poulet rôti <b>Blé pilaf</b> Saint Nectaire <b>Fruit</b> Goûter : compote, pain, barre de chocolat</p>	<p><b>Sauté de boeuf</b> façon chasseur Poisson meunière Blette à l'ail <b>Edam</b> <b>Fromage blanc</b> coulis de fruits et spéculos Goûter : fruit, brioche, confiture</p>	<p><b>Repas végétarien</b> <b>Salade verte</b> et pomme Frittata de pommes de terre, <b>brocolis</b>, basilic et emmental Muffin au chocolat Goûter : fruit, lait, biscuit Palmier</p>	<p><b>Céleri vinaigrette</b> Saucisse fumée Knack de blé Haricots blancs façon cassoulet <b>Yaourt nature sucré</b> Goûter : fruit, pain, fromage</p>	<p><b>Repas végétarien</b> <b>Velouté Crécy</b> Gratin de <b>coquillettes</b> aux petits légumes Petit suisse aux fruits <b>Fruit</b> Goûter : jus de fruits, pain au lait, miel</p>

1 céréales, 2 crustacés, 3 oeufs, 4 poisson, 5 arachides, 6 soja, 7 lait, 8 fruits à coque, 9 céleri, 10 moutarde, 11 graines sésame, 12 sulfites, 13 lupin, 14 mollusques, 15 gluten liste des 14 ingrédients allergènes : céréales contenant du gluten c'est-à-dire, blé, seige, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées, crustacés, oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques et tous les produits à base de ces 14 allergènes majeurs.