

## Menus scolaires OCTOBRE 2019

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
30/09/19 au 04/10/19	salade iceberg vinaigrette <i>Menu végétarien</i> riz bio cuisiné aux légumes et oeufs petit moulé mousse au chocolat	chou rouge vinaigrette sauté de boeuf sauce tomate blé bio yaourt nature bio pomme bio	tomates et concombre en vinaigrette rôti de porc (rôti de dinde) pommes de terre paysannes (oignons champignons) / semoule au lait vanille maison	piémontaise au saumon haut de cuisse de poulet bio épinards hachés béchamel fromage à la coupe : camembert poire	lentilles vertes locales vinaigrette filet de colin pané haricots verts / crème dessert vanille
Goûter			banane brioche tranchée		
07/10/19 au 11/10/19	potatoes de terre à l'estragon aiguillettes de poulet sauce crème potimarron chou fleur gouda bio kaki	taboulé à la semoule bio filet de saumon à l'aneth gratin de courge kiri chèvre banane	feuille de chêne vinaigrette au basilic boeuf haché bolognaise spaghetti et courge spaghetti emmental râpé fromage blanc et confiture	céleri rémoulade sauté de veau à la sauge petits pois carottes kidiboo gâteau au potiron	<i>Menu végétarien</i> potage butternut aux noix omelette gnocchi sauce crème de ciboulette petits suisses natures raisin
Goûter			baguette barre de chocolat		
14/10/19 au 18/10/19	macédoine boulettes végétariennes (lentilles, sarrasin, blé, légumes) <i>Menu végétarien</i> brocolis fromage à la coupe : emmental compote bio	chou blanc émincé vinaigrette rôti de boeuf froid sauce ketchup frites / yaourt aromatisé bio	salade de quinoa aux légumes dos de cabillaud à la cardamome duo de carottes rondelles fromage blanc nature pomme bio	tarte aux fromages sauté de dinde aux marrons haricots beurre vache qui rit bio poire	pamplemousse choucroute (jambonneau et knack de volaille) pommes de terre p'tit fruité flan vanille nappé caramel
Goûter			baguette kiri		
21/10/19 au 25/10/19	terrinerie de poulet printanière garniture au poisson, crevettes et fruits de mer riz bio saint paulin bio kiwi	salade batavia vinaigrette navarin d'agneau macaroni bio / petits suisses aromatisés	<i>Menu végétarien</i> guacamole / parmentier de lentilles (locale) chanteneige crème dessert chocolat	carottes râpées vinaigrette poisson frais (selon arrivage) haricots verts mini babybel bio tarte aux pommes	salade "verdurette" (papillons, asperges, petits pois, pois gourmands) rôti de dinde épinards hachés béchamel yaourt nature bio kaki
Goûter	yaourt à boire petits beurre	baguette, confiture banane	gâteau au fromage blanc poire	compote gourde pain au lait pépites de chocolat	baguette kiri

Compte tenu du marché, nous nous réservons le droit de modifier les menus tout en respectant leur équilibre nutritionnel.

Pour tout renseignement vous pouvez contacter la cuisine centrale au 02.38.42.25.73. Vous pouvez également consulter les menus sur le site de la ville de saran, [www.ville-saran.fr](http://www.ville-saran.fr), rubrique scolaire puis restauration scolaire.



c'est de saison : le kaki

Viandes de veau, boeuf, volaille, porc et oeuf origine France (sauté de boeuf race à viande, sauté et rôti de dinde IGP)

semaine du goût : les curcubitacés, les herbes aromatiques

nouvelle recette : salade verdurette