

LE PRODUIT DU MOIS :

S'il existe des milliers de variété de pommes, on en cultive une trentaine rien qu'en France (gala, golden, braeburn, fuji...). C'est d'ailleurs le fruit que nous consommons le plus, cru ou cuit. Apportant peu de calories, elle est riche en vitamine et minéraux, c'est une amie de notre santé!



École d' Yvrac – végétarien



MENUS DU MOIS DE



2021



Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine du 01 au 05.03	Crêpe emmental Steak végétal Duo de haricots Yaourt aromatisé Brownie	Carottes râpées (madras) Pâsta al radichio e formagio Gouda bio+pain bio Salade de fruit	Toast surimi mayonnaise Boulettes de blé aux fruits secs Cœur de blé Fromage Poire chocolat chantilly	MENU DES ENFANTS 	Potage de légumes Beignets calamar Purée maison Petit suisse Fruit frais de saison
Goûters	Fruit+pain+fromage	Pain au lait+chocolat+ jus	Yaourt+biscuit+kiwi	Banane+pain+fromage	Chocolatine+jus orange
Semaine du 08 au 12.03	Tartelette salée Nuggets végé Gratin de chou fleur Fromage+pain bio Liégeois	 Salade warldoff Gnocchis (pomme de terre) poêlés sauce fromage Petit Filou Cannelé	Potage de légumes Steack fromager Tortis Fromage bio Fruit frais de saison	Pomme de terre tartare Poisson du marché Carottes braisées Yaourt local Biscuit	Radis Croq'sel Boulette soja Lentilles Duo de fromage frais et brunoise de pommes
Goûters	Fruit+pain+chocolat	Jus orange+pain+fromage	Pâte tartiner+pain+ compote	Beignet+fruit	Brioche+lingotin+jus
Semaine du 15 au 19.03	Salade pékinoise (chou chinois, soja frais, carottes...) Beignets calamar Poêlée de légumes épices thaï Yaourt bio Gâteau marbré	Salade de pâtes Omelette aux échalotes Haricot palette Fromage Fruit frais de saison	Toast surimi Falafel au cheddar Petits pois à la Française Fromage bio Salade de fruits	Potage de légumes Galette soja Pommes sautées Fromage +pain bio Mousse chocolat maison	Salade composée Poisson rôti crème de poireaux Riz Petit suisse sucré Pomme cuite au spéculoos
Goûters	Pain+fromage+compote	Chocolatine+fruit	Pain+chocolat+jus orange	Yaourt+cake+ fruit	Pain+fromage+fruit
Semaine du 22 au 26.03	Potage de légumes Raviolis gratinés salade bio Fromage blanc au miel Biscuit	Toast camembert rôti Poisson meunière Boulgour Yaourt nature Fruit frais de saison	Râpé de chou blanc et pommes au curry Nuggets fromager Purée de pois cassés Fromage +pain bio Chou vanille	Salade aux noix Galette soja Épinards béchamel Fromage bio Muffin pépite chocolat	Coleslaw Omelette campagnarde Salade Fromage Fruit frais de saison
Goûters	Fruit+pain+fromage	Chocolatine+fruit	Fruit+pate tartiner+pain	Compote+fromage+pain	Brioche+lingotin+jus

Produit Bio



Repas Végétarien



Préparation maison à base de produits frais



Produit de saison



Produit local

