

menus du lundi 02 au vendredi 06 janvier 2023

Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)

Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr



Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits		Potage de poireaux et pommes de terre		Carottes râpées	
	Féculeux, produits céréaliers					
	Viandes, Poissons et œufs					Feuilleté hot dog
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs		Cheeseburger		Poêlée aux deux poissons à la crème citronnée	Sauté de bœuf à la Provençale
Accompagnements	Légumes et fruits				Petits pois	Purée Dubarry
	Féculeux, produits céréaliers		Pommes campagnardes			
Produits laitiers	Produits laitiers		Edam		Yaourt nature sucré	Tomme d'Anjou
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers					
	Légumes et fruits		Clémentines			Pomme
	Féculeux, produits céréaliers				Galette des rois	
			Pain biologique		Pain biologique	Pain biologique

* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées



Production locale



Plat biologique



Produit de saison



Pêche durable



Circuit Court



Plat végétarien



Fait maison



Menu à thème



Égalim

menus du lundi 09 au vendredi 13 janvier 2022

Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)

Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr



Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits		Avocat sauce cocktail		Chou blanc vinaigrette	
	Féculeux, produits céréaliers	Salade de carottes et panais râpés			 	
	Viandes, Poissons et œufs					Pizza
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Omelette au fromage	Petit salé aux lentilles		Beignets de poissons	Rôti de bœuf à l'échalote  
Accompagnements	Légumes et fruits	Haricots verts persillés				Petits pois
	Féculeux, produits céréaliers				Coquillettes	
Produits laitiers	Produits laitiers	Yaourt nature sucré	Camembert de verneuil		Mimolette	Bûche de lait
Desserts et/ou	Produits laitiers					
	Légumes et fruits	Poire	Compote de pommes			Ananas
Desserts lactés	Féculeux, produits céréaliers				Flan pâtissier	
		Pain biologique	Pain biologique		Pain biologique	Pain biologique

* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées



Production locale



Plat biologique



Produit de saison

 Pêche durable



Circuit Court



Plat végétarien



Fait maison



Menu à thème



Égalim

menus du lundi 16 au vendredi 20 janvier 2023

Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)

Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr



Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits		Céleri rémoulade		Potage de potiron	NOUVEL AN CHINOIS
	Féculeux, produits céréaliers	Salade de riz aux haricots rouges				
	Viandes, Poissons et œufs					Nems
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Pané de blé sauce tomate	Filet de lieu au citron		Cordon bleu	Sauté de porc au caramel
Accompagnements	Légumes et fruits	Carottes aux oignons				Poêlée de légumes chinois
	Féculeux, produits céréaliers		Semoule couscous		Purée de pommes de terre	我愛你
Produits laitiers	Produits laitiers	Petits Suisses aromatisés	Coulommier		Gouda	Yaourt nature sucré
Desserts et/ou	Produits laitiers				Crème grand-mère chocolat	
	Légumes et fruits	Kiwi				Salade de mangue et ananas
Desserts lactés	Féculeux, produits céréaliers		Muffins citron		Biscuit	
		Pain biologique	Pain biologique		Pain biologique	Pain biologique

* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées



Production locale



Plat biologique



Produit de saison



Pêche durable



Circuit Court



Plat végétarien



Fait maison



Menu à thème



Égalim

menus du lundi 23 au vendredi 27 janvier 2023

Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)



Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr

Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits	Entrée découverte			Duo de chou blanc et rouge	Potage de Chou fleur
	Féculents, produits céréaliers				 	
	Viandes, Poissons et œufs		Rillettes			
		 	 			
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Brandade de poissons	Bœuf bourguignon		Cuisse de poulet rôtie	Dahl de lentilles
Accompagnements	Légumes et fruits				Brocolis et pommes de terre	
	Féculents, produits céréaliers		Purée Crécy			Riz créole
						
Produits laitiers	Produits laitiers	Pavé du cardinal	Fromage blanc sucré		Brie	 Comté
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers	Liégeois chocolat				
	Légumes et fruits		Clémentines			Banane
	Féculents, produits céréaliers				Tarte à l' ananas	
		Pain biologique	Pain biologique		Pain biologique	Pain biologique

* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées

 Production locale

 Plat biologique

 Produit de saison

 Pêche durable

 Circuit Court

 Plat végétarien

 Fait maison

 Menu à thème

 Égalim

menus du lundi 30 janvier au vendredi 03 février 2023

Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)



Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr

Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits		Radis beurre		Salade du Nord	
	Féculents, produits céréaliers	Salade piémontaise			LA BELGIQUE 	
	Viandes, Poissons et œufs					Pâté de foie
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Jambon braisé	Pizza		Carbonade Flamande 	Fileté de poisson meunière
Accompagnements	Légumes et fruits	Epinards béchamel	Salade verte			Courgettes et flageolets
	Féculents, produits céréaliers				Pommes rostī	
Produits laitiers	Produits laitiers	Cantal			Maroilles	Bûche de chèvre bio
Desserts et/ou	Produits laitiers		Crème dessert caramel			
	Légumes et fruits	Poire				Compote de bananes
Desserts lactés	Féculents, produits céréaliers				Crêpes	Biscuit
		Pain biologique	Pain biologique		Pain biologique	Pain biologique

* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées

Production locale

Plat biologique

Produit de saison

Pêche durable

Circuit Court

Plat végétarien

Fait maison

Menu à thème

Égalim