

# menus du mois de 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](http://www.syndicatrestauration37.fr)



Plats	Famille d'aliments	mercredi 5	mercredi 12	mercredi 19	mercredi 26	
Hors d'œuvre	Légumes et fruits	Salade Floride	Carottes râpées vinaigrette			
	Féculeux, produits céréaliers					
	Viandes, Poissons et œufs			Saucisson sec	Crêpe au fromage	
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Sauté de poulet aux champignons	Lasagne bolognaise	Haut de cuisse de poulet rôti	Portion de colin sauce à l'oseille	
Accompagnements	Légumes et fruits	Haricots verts persillés	Salade verte			
	Féculeux, produits céréaliers			Pommes campagnardes	Semoule aux petits légumes	
Produits laitiers	Produits laitiers	Fromage blanc	Édam	Yaourt nature sucré	Bûche de lait	
Desserts et/ou	Produits laitiers		Mousse chocolat			
	Légumes et fruits			Poire		
Desserts lactés	Féculeux, produits céréaliers	Galette des rois			Éclair chocolat	

\* 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