













# menus du lundi 27 septembre au vendredi 01 octobre 2021

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	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits	Salade de haricots verts	Radis beurre 		Salade Mikado	
	Féculeux, produits céréaliers					
	Viandes, Poissons et œufs					Tarte au fromage 
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Saucisse chipolatas	Spaghettis végétal tomates		Fileté de poisson meunière 	Émincé de bœuf au paprika 
Accompagnements	Légumes et fruits				Carottes persillées	Jardinière de légumes
	Féculeux, produits céréaliers	Purée de pommes de terre				
Produits laitiers	Produits laitiers	Saint Nectaire 	Camembert de Verneuil		Fromage blanc	Emmental
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers					
	Légumes et fruits	Raisin	Pêche au coulis de fruits rouges			Kiwi
	Féculeux, produits céréaliers				Gâteau aux Yaourts	
		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 04 au vendredi 08 octobre 2021

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	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits		Carottes râpées à l'orange		Salade de Tomates	
	Féculeux, produits céréaliers	Riz Sawai				
	Viandes, Poissons et œufs					Rillettes de porc
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Omelette tomate ciboulette	Palette de porc à la diable		Blanquette de poissons façon bouillabaisse	Rôti de bœuf sauce barbecue
Accompagnements	Légumes et fruits	Purée de potiron			Gratin de chou fleur et pdt	
	Féculeux, produits céréaliers		Lentilles au jus			Torsades paysannes
Produits laitiers	Produits laitiers	Yaourt aromatisé	Bûche de lait		Tomme noire	Édam
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers					
	Légumes et fruits	Raisin	Ananas au sirop		Tarte chocolat	Pomme
	Féculeux, produits céréaliers					
		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 11 au vendredi 15 octobre 2021

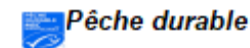
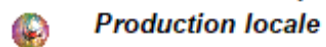
Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)

Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : [www.syndicatrestauration37.fr](http://www.syndicatrestauration37.fr)



Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits	<b>Salade découverte : Compote ta salade</b>	Betteraves vinaigrette		<b>Salade Alsacienne</b>	<b>Salade Piémontaise</b>
	Féculeux, produits céréaliers					
	Viandes, Poissons et œufs					
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	<b>Nuggets végétal</b>	<b>Compose ton assiette de pâtes !</b>		<b>Filet de poisson meunière</b>	<b>Sauté de poulet à la sauge</b>
Accompagnements	Légumes et fruits	<b>Riz créole</b>	(pâtes bio)	<b>Fais ton assiette</b>	<b>Ratatouille</b>	<b>Petits pois carottes</b>
	Féculeux, produits céréaliers					
Produits laitiers	Produits laitiers	<b>Petits Suisses sucrés</b>	<b>Cantal</b>		<b>Découverte des fromages</b>	<b>Gouda</b>
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers					
	Légumes et fruits	<b>Compote de pommes Val de Loire</b>	<b>Raisin</b>		<b>Gâteau aux yaourts</b>	<b>Buffet de pâtisserie</b>
	Féculeux, produits céréaliers					
		<i>Pain biologique</i>	<i>Pain biologique</i>		<i>Pain biologique</i>	<i>Pain biologique</i>

\* 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 18 au vendredi 22 octobre 2021

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	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits	Salade coleslaw			<b>MENU CANADIEN</b>	Macédoine à la Russe
	Féculeux, produits céréaliers					
	Viandes, Poissons et œufs		Feuilleté hot dog			
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Raviolis	Filet de lieu au citron 		Ragoût de joue de porc 	Galette de boulghour et haricots rouges
Accompagnements	Légumes et fruits	Salade verte	Blé créole		 Poutine	Épinards béchamel
	Féculeux, produits céréaliers					
Produits laitiers	Produits laitiers	Comté	Petit moulé ail et fines herbes		 Yaourt nature sucré	Gouda
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers	Liégeois chocolat				
	Légumes et fruits		Ananas			Kiwi 
	Féculeux, produits céréaliers				Gâteau moelleux aux myrtilles	
		<i>Pain biologique</i>	<i>Pain biologique</i>		<i>Pain biologique</i>	<i>Pain biologique</i>

\* 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