



Menus du Lundi 06 Janvier au Vendredi 21 Février

Confectionnés par le chef de cuisine et avec le contrôle de la diététicienne de la Communauté des Communes de Haute-Saintonge.

Lundi 06/01	Mardi 07/01	Jeudi 09/01 Épiphanie	Vendredi 10/01 Menu végétarien
<p>Chou blanc*</p> <p>Paupiettes de veau</p> <p>Haricots verts*</p> <p>Camembert</p> <p>Mandarine</p>	<p>Céleri rémoulade*</p> <p>Colombo de porc*</p> <p>Riz Pilaf*</p> <p>Cantal</p> <p>Pamplemousse</p>	<p>Soupe de tomate*</p> <p>Cabillaud*</p> <p>Carottes vichy*</p> <p>Frangipane*</p>	<p>Salade composée*</p> <p>Quiche aux légumes*</p> <p>Salade</p> <p>Yaourt aux fruits</p> <p>Kiwi</p>
Lundi 13/01	Mardi 14/01	Jeudi 16/01	Vendredi 17/01 Menu végétarien
<p>Feuilleté au fromage</p> <p>Escalope de poulet</p> <p>Petits pois*</p> <p>Brie</p> <p>Pomme</p>	<p>Carottes râpées*</p> <p>Rôti de porc*</p> <p>Purée*</p> <p>Bûche de chèvre</p> <p>Banane</p>	<p>Soupe de légumes*</p> <p>Eglefin*</p> <p>Gratin de chou-fleur*</p> <p>Brownie</p>	<p>Avocat mayonnaise*</p> <p>Semoule aux légumes*</p> <p>Liégeois</p> <p>Poire</p>
Lundi 20/01	Mardi 21/01	Jeudi 23/01	Vendredi 24/01 Menu végétarien
<p>Croissillon dubarry</p> <p>Pilon de poulet</p> <p>Poêlée de légumes*</p> <p>Comté</p> <p>Clémentine</p>	<p>Salade de mâche*</p> <p>Blanquette de veau*</p> <p>Coquillettes</p> <p>Tome blanche</p> <p>Kiwi</p>	<p>Velouté de poireaux</p> <p>Merlan</p> <p>Poêlée de légumes</p> <p>Tarte Amandine</p>	<p>Betteraves*</p> <p>Omelette campagnarde*</p> <p>Salade</p> <p>Petit suisse</p> <p>Orange</p>
Lundi 27/01	Mardi 28/01	Jeudi 30/01	Vendredi 31/01 Menu végétarien
<p>Rillettes d'oie</p> <p>Aiguillettes de canard</p> <p>Haricots beurre*</p> <p>Emmental</p> <p>Pamplemousse</p>	<p>Salade coleslaw*</p> <p>Rôti de bœuf*</p> <p>Ebly</p> <p>Ossau Iraty</p> <p>Poire</p>	<p>Velouté de courgettes*</p> <p>Limande meunière*</p> <p>Fondue de poireaux*</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Œuf mimosa*</p> <p>Purée*</p> <p>Salade</p> <p>Yaourt nature sucré</p> <p>Mandarine</p>

Lundi 03/02	Mardi 04/02	Jeudi 06/02 Chandeleur	Vendredi 07/02 Menu végétarien
Beurre de sardines* Spaghettis Carbonara Mimolette Pomme	Carottes râpées* Choucroute* Saint-Nectaire Clémentine	Velouté Dubarry Colin* Gratin de brocolis Crêpes sucrées*	Salade composée* Riz cantonnais* Fromage blanc* Banane
Lundi 10/02	Mardi 11/02	Jeudi 13/02	Vendredi 14/02 Menu végétarien -lonz 21
Friand Escalope de poulet Petits pois Brie Poire	Salade Coleslaw Rôti de bœuf Riz pilaf Camembert Banane	Velouté de champignons* Saumon* Lentilles* Fondant au chocolat*	Céleri rémoulade Chili sin carne Yaourt aux fruits
Lundi 17/02	Mardi 18/02	Jeudi 20/02	Vendredi 21/02 Menu végétarien
Duo de choux* Paupiette de dinde* Semoule Tomme de Savoie Poire	Crêpe fromage* Grillade de porc* Poêlée de légumes* Comté Orange	Velouté Saint-Germain* Steak haché Frites* Tarte aux pommes	Salade composée* Curry de chou-fleur Penne* Crème chocolat Kiwi
Fruits et Légumes Frais Féculents et légumes secs = Fait Maison	Viandes, Poisson et œufs Légumes et Fruits Cuits = Des ingrédients BIO sont présent dans le plat	Produits laitiers Produits Énergétiques	

La loi EGALIM a introduit l'obligation de proposer un menu végétarien hebdomadaire dans l'ensemble de la restauration scolaire à partir du 1er novembre 2019

Le Saviez vous ?

La Trappe Échourgnac est un fromage fabriqué depuis 1868 par les moniales de l'Abbaye d'Échourgnac situé en forêt de la Double, entre Périgueux et Libourne. C'est le plus ancien fromage du Périgord, un produit connu désormais bien au-delà des frontières du Périgord.

Goût :

La Trappe d'Échourgnac a des arômes de noix assez prononcés, mais reste dans le même temps plutôt douce en bouche

Aspect :

La Trappe d'Échourgnac se présente sous forme de petite meule cylindrique de 300 g. On la reconnaît par la couleur de sa croûte qui est marron.

