



## 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.*

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

<b>Lundi 03/02</b>	<b>Mardi 04/02</b>	<b>Jeudi 06/02</b> <b>Chandeleur</b>	<b>Vendredi 07/02</b> <b>Menu végétarien</b>
<b>Beurre de sardines*</b> 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
<b>Lundi 10/02</b>	<b>Mardi 11/02</b>	<b>Jeudi 13/02</b>	<b>Vendredi 14/02</b> <b>Menu végétarien</b> <b>-lonz 21</b>
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
<b>Lundi 17/02</b>	<b>Mardi 18/02</b>	<b>Jeudi 20/02</b>	<b>Vendredi 21/02</b> <b>Menu végétarien</b>
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
<b>Fruits et Légumes Frais</b> <b>Féculents et légumes secs</b> = Fait Maison	<b>Viandes, Poisson et œufs</b> <b>Légumes et Fruits Cuits</b> = Des ingrédients BIO sont présent dans le plat	<b>Produits laitiers</b> <b>Produits Énergétiques</b>	

**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.

