

# Menu des cantines scolaires

- SEPTEMBRE 2023 -

menus établis suivant les recommandations du GEMRCN  
(Groupement d'Etude des Marchés en Restauration Collective et de Nutrition)

	Entrée	Plat protidique	Accompagnement	Fromage	Dessert
Lundi 4 septembre	<b>Batavia au surimi</b> (batavia, tomates bio, maïs, surimi, vinaigrette)	<b>Spaghettis (bio) à la bolognaise (VBF) et au fromage</b>			<b>Beignet</b>
Mardi 5 septembre	<b>Carottes râpées (bio) au citron</b>	<b>Steak haché (VBF), sauce au poivre</b>	<b>Frites</b>	<b>Camembert (bio)</b>	<b>Fruits au sirop</b>
Jeudi 7 septembre	<b>Macédoine de légumes</b>	<b>Escalope de dinde à la normande</b> (champignons, crème)	<b>Petits pois, carottes (bio)</b>	<b>Saint Paulin</b>	<b>Poire (bio)</b>
Vendredi 8 septembre	<b>Concombres à la vinaigrette</b>	<b>Poisson meunière, sauce tomate</b>	<b>Riz créole</b>	<b>Fromage</b>	<b>Pomme (bio)</b>
Lundi 11 septembre	<b>Pâté et cornichons</b>	<b>Bœuf au paprika (bio) (VBF)</b>	<b>Printanière de légumes</b> (haricots verts bio, pommes de terre, petits pois bio, carottes bio, oignons, céleri)		<b>Yaourt aromatisé, fruit de saison</b>
Mardi 12 septembre	<b>Céleri rémoulade</b>	<b>Tomates farcies</b>	<b>Semoule (bio)</b>	<b>Emmental (bio)</b>	<b>Banane (bio)</b>
Jeudi 14 septembre	<b>Tomates à la vinaigrette</b>	<b>Quiche au fromage</b>	<b>Salade verte</b>		<b>Compote</b>
Vendredi 15 septembre	<b>Macédoine de légumes à la mayonnaise</b>	<b>Poêlée de truite en gratin</b> (cubes de truite, crevettes, champignons, crème)	<b>Pommes de terre</b>		<b>Crème dessert au chocolat, fruit de saison</b>
Lundi 18 septembre	<b>Concombres (bio) au fromage blanc</b>	<b>Escalope de dinde aux champignons</b>	<b>Pommes de terre rissolées</b>		<b>Fruits au sirop</b>
Mardi 19 septembre	<b>Carottes râpées (bio) vinaigrette au citron</b>	<b>Macaronis (bio) à la carbonara et au fromage râpé</b>			<b>Yaourt aux fruits mixés</b>
Jeudi 21 septembre	<b>Mousse de foie, cornichons</b>	<b>Pizza champignons/fromage</b>	<b>Salade verte</b>		<b>Poire (bio)</b>
Vendredi 22 septembre	<b>Salade composée</b> (tomates bio, batavia, surimi)	<b>Lieu frais, sauce crevette</b> (oignons, crevettes, sauce tomate)	<b>Riz bio, julienne de légumes</b>	<b>Mimolette</b>	<b>Compote, madeleine</b>
Lundi 25 septembre	<b>Sardines</b>	<b>Couscous</b> (légumes à couscous, épices, merguez, aiguillettes de poulet),	<b>Semoule (bio)</b>	<b>Tartare</b>	<b>Pomme (bio)</b>
Mardi 26 septembre	<b>Carottes râpées (bio) à la vinaigrette</b>	<b>Rôti de bœuf (VBF), sauce au poivre</b>	<b>Frites</b>		<b>Petits suisses nature</b> <b>Fruit de saison</b>
Jeudi 28 septembre	<b>Assiette anglaise</b> (charcuterie)	<b>Steak du fromager</b>	<b>Purée de haricots verts (bio)</b>		<b>Fruit de saison</b>
Vendredi 29 septembre	<b>Betteraves rouges (bio) à la vinaigrette</b>	<b>Poêlée de saumon frais, sauce curry</b> (crème, curry)	<b>Epinards à la crème, riz (bio)</b>	<b>Gouda</b>	<b>Pâtisserie</b>

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements

\* V. B. F. (Viande Bovine Française)

\*Fruit de saison (kiwi, banane, poire, pomme, raisin, nectarine, pêche)

## Menu des cantines scolaires

OCTOBRE 2023

menus établis suivant les recommandations du GEMRCN  
(Groupement d'Etude des Marchés en Restauration Collective et de Nutrition)

	Entrée	Plat protidique	Accompagnement	Fromage	Dessert
Lundi 2 octobre	<b>Potage de légumes</b> (carottes, poireaux, navets)	<b>Omelette au fromage</b>	<b>Pâtes (bio) à la sauce tomate</b>		<b>Pomme (bio)</b>
Mardi 3 octobre	<b>Concombre (bio)</b>	<b>Jambon blanc ketchup</b>	<b>Frites</b>	« Babybel »	<b>Orange (bio)</b>
Jeudi 5 octobre	<b>Salade franc-comtoise</b> (batavia, œufs durs, tomates, emmental, vinaigrette)	<b>Saumon frais, sauce ciboulette</b> (beurre, farine, fumet de poisson, ciboulette)	<b>Purée de brocolis (bio)</b>		<b>Yaourt aux fruits mixés</b>
Vendredi 6 octobre	<b>Carottes râpées (bio) aux raisins</b>	<b>Lasagnes maison (VBF)</b>	<b>Salade verte à la vinaigrette</b>		<b>Fromage blanc / compote</b>
Lundi 9 octobre	<b>Betteraves rouges (bio) aux pommes (bio)</b>	<b>Quiche au poireaux</b>	<b>Salade verte</b>		<b>Yaourt nature (bio)</b> <b>Fruit de saison*</b>
Mardi 10 octobre	<b>Salade verte, tomates au fromage</b> (batavia, tomates et emmental)	<b>Sauté de dinde marengo</b>	<b>Gratin de choux-fleurs et pommes de terre</b>		<b>Poire (bio)</b>
Jeudi 12 octobre	<b>Pâté en croûte</b>	<b>Waterzoi de poisson</b> (lieu frais)	<b>Riz (bio) / Julienne de légumes</b> (poireaux, carottes, navets)	<b>Vache qui rit</b>	<b>Fruit de saison*</b>
Vendredi 13 octobre	<b>Céleri rémoulade</b>	<b>Carbonade flamande (VBF*)</b>	<b>Purée</b>	<b>Saint Paulin</b>	<b>Fruit de saison*</b>
Lundi 16 octobre	<b>Carottes râpées (bio) vinaigrette</b>	<b>Rôti de dinde, sauce au cidre</b>	<b>Frites</b>	<b>Gouda (bio)</b>	<b>Crème dessert</b>
Mardi 17 octobre	<b>Potage courgettes bio /vache qui rit</b>	<b>Omelette paysanne</b> (œufs, pommes de terre en dès, oignons)			<b>Pomme (bio)/ biscuit</b>
Jeudi 19 octobre	<b>Concombres (bio) vinaigrette</b>	<b>Sauté de porc sauce moutarde</b>	<b>Semoule (bio)</b>		<b>Yaourt aromatisé</b> <b>Fruits au sirop</b>
Vendredi 20 octobre <b>HALLOWEEN</b>	<b>Velouté d'Halloween</b> (citrouille, carottes, pommes de terre)	<b>Aiguillettes d'ogresse</b> (aiguillettes de poulet au curry)	<b>Purée de sorcière</b> (purée de carottes)	<b>Mimolette du démon</b>	<b>Dessert des petits monstres</b>

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements

\* V. B. F. (Viande Bovine Française)

\*Fruit de saison (kiwi, banane, poire, pomme, raisin)