



# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



## Menus du 8 au 12 mars 2021

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>Bouillon de boeuf vermicelle</li> <li>Poisson pané</li> <li>Haricots beurre à la tomate</li> <li>Fromage </li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Duo de râpés*</li> <li>Spaghetti</li> <li>Bolognaise</li> <li>Fromage râpé</li> <li>Compote de pommes </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomates vinaigrette</li> <li>Aiguillette de poulet</li> <li>Potatoes</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves au maïs</li> <li>Jambon grillé sauce tomate</li> <li>Petits pois carottes</li> <li>Fromage blanc </li> <li>Madeleine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombres vinaigrette</li> <li>Quiches aux légumes</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>

\* Carottes, panais, vinaigrette.

## Menus du 15 au 19 mars 2021

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade orientale*</li> <li>Boulettes d'agneau rôties aux 4 épices</li> <li>Chou fleur béchamel </li> <li>Liégeois au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Radis beurre</li> <li>Gratin de pommes de terre aux 3 fromages</li> <li>Salade verte </li> <li>Crème Anglaise</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cervelas, cornichon</li> <li>Croque monsieur</li> <li>salade verte</li> <li>Fromage</li> <li>Yaourt </li> </ul>	<p><i>Les couleurs de l'arc en ciel!</i> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade chlorophylle*</li> <li>Filet de dinde sauce pesto</li> <li>Flageolets cuisinés</li> <li>Chantailou ail et fines herbes</li> <li>Kiwi </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de pommes de terre et thon vinaigrette</li> <li>Filet de poisson frais à la crème</li> <li>Carottes persillées </li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

\* Pois chiches, oignons et poivrons ciselés, huile d'olive, vinaigre balsamique, cumin.

\* Mâche, dés d'avocats et de concombres, huile d'olive, jus de citron.

### Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



Cuisine maison : les viandes entières de porc, de boeuf, de veau et de volaille sont 100% françaises. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

Allergies et intolérances : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.



# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



## Menus du 22 au 26 mars 2021

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomate maïs</li> <li>Quiche Lorraine</li> <li>Salade verte </li> <li>Fromage blanc à la gelée de groseilles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Curry de dinde au lait de coco</li> <li>Boulgour</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves vinaigrette</li> <li>Langue de bœuf sauce piquante</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fromage </li> <li>Mousse au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuilleté au fromage</li> <li>Riz façon Cantonnais</li> <li>(Riz, petits pois, dés de carottes, œuf, oignons confits)</li> <li>Yaourt sucré </li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pâté de campagne</li> <li>Rôti de porc au miel</li> <li>Duo de haricots </li> <li>Crème dessert à la vanille</li> </ul>

\* Chou chinois râpé, épaule, vinaigrette.

## Menus du 29 mars au 2 avril 2021

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées</li> <li>Farfalles </li> <li>Sauce tomate aux pois chiches*</li> <li>fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombres au yaourt</li> <li>Sauté de porc à la coriandre</li> <li>Haricots blancs </li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de blé </li> <li>Paupiette de veau, jus au thym</li> <li>Duo de carottes</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Céleri rémoulade </li> <li>Gratin de pommes de terre saumon</li> <li>Salade verte</li> <li>Fromage</li> <li>Pâtisserie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé aux fruits secs</li> <li>Émincé de bœuf sauce soja</li> <li>Petits pois carottes </li> <li>Entremets au caramel</li> </ul>

\* Sauce tomate, pois chiches mixés, oignons, champignons, cumin.

### Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



**Cuisine maison** : les viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille sont 100% françaises. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

**Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.



# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



## Menus du 5 au 9 avril 2021

**lundi**

Toute notre équipe vous souhaite de Joyeuses Fêtes de Pâques

**mardi**

- Betteraves aux pommes
- Chili sin carne (lentilles et haricots rouges)
- Riz
- Fromage
- Beignet au chocolat

**mercredi**

- Concombres à la crème
- Dos de poisson sauce tomates
- Pommes de terre et navets sautés
- Fromage
- Fruit de saison

**jeudi**

- Tortis multicolores aux dés de fromage
- Blanquette de dinde à l'ancienne
- Carottes vichy
- Compote pommes bananes

**vendredi**

- Rillettes de sardines
- Gnocchis poêlés
- sauce carbonara
- Tome noire
- Fruit de saison

## Menus du 12 au 16 avril 2021

**lundi**

- Carottes râpées vinaigrette
- Tarty Flette
- Salade verte
- Fromage
- Fruit de saison

**mardi**

- Salade de risettis au surimi
- Sauté de porc sauce chorizo
- Haricots verts
- Entremet vanille

**mercredi**

- Salade d'agrumes
- Pâtes
- à la bolognaise
- Fromage
- Crème au chocolat

**jeudi**

- Couscous de poulet
- Semoule et légumes couscous
- Fromage
- Fruit de saison

**vendredi**

- Radis beurre
- Parmentier de poisson
- Salade verte
- Fromage
- Flan nappé au caramel

### Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeu
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : les **viandes** entières de **porc**, de **boeuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.



# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



Menus du 19 au 23 avril 2021

## lundi

● Concombres crème ciboulette

● **Steak haché**



● Frites fraîches

● **Yaourt aromatisé**



## mardi

●● Œuf dur mayonnaise

●● Lasagnes végétales

● Salade verte

● **Fromage**



● Fruit de saison

## mercredi

● Taboulé à l'orientale\*



●● Pizza aux 4 fromages

● salade verte

● Petit suisse

● Compote de fruits

\* Semoule couscous BIO

## jeudi

●● Salade aux dés d'emmental et croûtons

●● Rougail saucisse

● **Riz créole**



● Fruit de saison

## vendredi

● **Betteraves** à l'échalote



● Filet de poisson frais sauce citronnée

●● Blé tendre aux brocolis

● Fromage

●● **Pâtisserie**

Toute l'équipe d'Armonys Restauration vous souhaite de bonnes vacances!



### Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré

- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : les **viandes** entières de **porc**, de **boeuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.