



RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



Menus du 21 au 25 novembre 2022

lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25
<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de lentilles corail (lentilles corail, carottes, oignons, crème) ● Macaronis ● Sauce tomate* ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de boulgour* ● Poulet rôti ● Haricots verts à la forestière ● Yaourt fermier sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Duo de râpés* ● Boulettes de bœuf à la marocaine ● Semoule couscous ● Fromage ● Compote pomme banane 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves à l'échalote Carottes râpées ● Tartiflette ● Salade verte ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade coleslaw ● Filet de poisson frais sauce potiron ● Blé tendre ● Crème anglaise ● Pâtisserie 

* Concassée de tomates, oignons, purée de pois chiches, ail, cumin.

* Boulgour, dés de fromage et de tomates, olives émincées, vinaigrette.

* Carottes, céleri rave, vinaigrette.

Menus du 28 novembre au 2 décembre 2022

lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 1	vendredi 2
<ul style="list-style-type: none"> ● Potage de légumes ● Colombo de dinde ● Riz basmati ● Fromage ● Crêpe de froment sucrée 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ● Bœuf aux olives ● Carottes vichy ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Macédoine de légumes ● Parmentier de boudin noir ● Salade verte ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de pommes de terre* ● Sauté de porc à la coriandre ● Petits pois ● Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées ● Ty pavé végétal Savoyard* ● Salade vinaigrette balsamique ● Petit suisse sucré ● Fruit de saison

* Pdt, cervelas, cornichons, échalote, vinaigrette.

* Savoyard = sauce béchamel, crozets au sarrasin, raclette.

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 décembre 2022

lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9
<ul style="list-style-type: none"> Œuf dur mayonnaise Galette de blé noir sauce mornay Julienne de légumes* Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves aux poires Lasagnes à la bolognaise Salade verte Panna cotta au coulis de fruits rouges 	<ul style="list-style-type: none"> Potage à la tomate Filet de poisson sauce crustacés Riz doré Fromage Yaourt vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Céleri rémoulade Sauté de dinde vallée d'Auge Blé tendre et brocolis Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Jambon grillé sauce champignons Haricots beurre persillés Fromage Pâtisserie 

* Carottes oranges, céleri rave, carottes jaunes, oignons, ail, huile d'olive.

Menus du 12 au 16 décembre 2022

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15 <i>Repas de Noël</i>	vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> Taboulé aux fruits secs Poisson pané Chou fleur béchamel Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade multicolore* Boulettes d'agneau Crème de carottes au cumin Fromage blanc fermier sur lit de compote 	<ul style="list-style-type: none"> Tartine grillée, fromage de chèvre et origan Noix de veau rôtie Petits pois cuisinés Yaourt fermier aromatisé Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Mousson de canard Filet de dinde au miel romarin Pomme noisettes Bûchette glacée Clémentine 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté de légumes Quiche aux trois fromages Salade verte Fromage Crème dessert à la vanille

* Tortis multicolores, dés de mimolette, maïs, vinaigrette.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

-  Fruits et légumes
-  Viande, poisson, oeuf
-  Céréales, légumes secs
-  Produit laitier
-  Produit sucré
-  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.