



# RESTAURANT SCOLAIRE

## Commune de Saint-Malo-de-Guersac

Nos menus intègrent 50% de produits de qualité supérieure (Bio, Label rouge, AOP, HVE, Bleu Blanc Coeur, pêche durable, produit fermier, etc.) dont 20% de bio minimum.



### Menus du 2 au 6 janvier 2023

**lundi 2**  
Bonne Année 2023 !

**mardi 3**

- Boulettes de bœuf au coulis de tomate
- Semoule
- Fromage
- Fruit de saison

**mercredi 4**

- Soupe de tomates, vermicelle
- Filet de poisson sauce échalote
- Riz pilaf
- Yaourt
- Fruits

**jeudi 5**

- Parmentier de lentilles vertes
- Salade
- Fromage
- Fruit de saison

**vendredi 6**

- Salade de pommes de terre et cervelas
- Blanquette de volaille
- Carottes Vichy
- Petit suisse
- Galette des rois

### Menus du 9 au 13 janvier 2023

**lundi 9**

- Velouté de potimarron
- Lasagnes aux légumes
- Salade verte
- Fromage
- Fruit de saison

**mardi 10**

- Bœuf Bourguignon au panais
- Blé doré
- Fromage
- Flan au chocolat

**mercredi 11**

- Chou fleur vinaigrette
- Haut de cuisse de poulet rôti
- Purée crécy
- Fromage blanc
- Madeleine

**jeudi 12**

- Salade aux dés de mimolette, croûtons et noix
- Qiche Lorraine
- Salade verte
- Yaourt fermier aromatisé
- Fruit de saison

**vendredi 13**

- Salade multicolore\*
- Rôti de porc, jus au thym
- Haricots verts à la forestière
- Yaourt fermier aromatisé

\* Tortis multicolores, emmental, maïs, olives noires émincées, vinaigrette.

### 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



Nos menus intègrent 50% de produits de qualité supérieure (Bio, Label rouge, AOP, HVE, Bleu Blanc Cœur, pêche durable, produit fermier, etc.) dont 20% de bio minimum.



## Menus du 16 au 20 janvier 2023

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
<ul style="list-style-type: none"> <li>Dahl de lentilles corail aux patates douces</li> <li>Riz basmati</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bouillon de poule vermicelle</li> <li>Sauté de porc à la dijonnaise</li> <li>Petits pois</li> <li>Crème anglaise</li> <li>Barre bretonne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves aux pommes</li> <li>Pizza</li> <li>Salade verte</li> <li>Fromage</li> <li>Liégeois au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé aux fruits secs</li> <li>Filet de dinde sauce chorizo</li> <li>Gratin de choux fleurs et pommes de terre</li> <li>Abricots au sirop</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cervelas, cornichon</li> <li>Brandade du pêcheur</li> <li>Salade, vinaigrette balsamique</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

## Menus du 23 au 27 janvier 2023

lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade sombrero*</li> <li>Paupiette de veau sauce champignons</li> <li>Haricots beurre</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Duo de râpés*</li> <li>Bœuf au paprika</li> <li>Boulgour</li> <li>Panna cotta au coulis de fruits rouges</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade d'agrumes</li> <li>Boulettes d'agneau</li> <li>Flageolets cuisinés</li> <li>Fromage</li> <li>Yaourt aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de pommes de terre</li> <li>Tarte aux potimarron et chèvre</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de légumes</li> <li>Torsades au saumon</li> <li>Et fondue de poireaux</li> <li>Fromage</li> <li>Pâtisserie </li> </ul>

\* Haricots rouges, maïs, carottes, poivrons verts, vinaigrette.

\* Carottes, radis noir, vinaigrette.

\* Carottes, brocolis, potimarron

\* Carottes, radis noir, vinaigrette.

### 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



Nos menus intègrent 50% de produits de qualité supérieure (Bio, Label rouge, AOP, HVE, Bleu Blanc Cœur, pêche durable, produit fermier, etc.) dont 20% de bio minimum.



## Menus du 30 janvier au 3 février 2023

### lundi 30

- Salade de lentilles blondes
- tartiflette \*
- Salade verte
- Petit suisse sucré
- Fruit de saison

### mardi 31

- Cassoulet
- du chef
- Yaourt fermier aromatisé
- Fruit de saison

### mercredi 1

- Tartine au fromage de chèvre et origan
- Rôti de veau
- Petits pois au bouillon
- Yaourt à la vanille
- Fruit de saison

### jeudi 2

- Salade Marco Polo\*
- Émincé de dinde à l'estragon
- Julienne de légumes\*\*
- Crêpe sucrée



### vendredi 3

- Potage de légumes
- Curry de poisson frais au lait de coco
- Riz créole et brocolis
- Fromage
- Fruit de saison

\*Pommes de terre, oignons, crème fraîche, reblochon.

\* Coquillettes, surimi, poivron rouge, crème  
\*\* Carottes oranges, carottes jaunes, céleri rave, ail.

## Menus du 6 au 10 février 2023

### lundi 6

- Salade de mâche aux betteraves
- Penne rigate semi-complètes
- Sauce Napolitaine
- Fromage
- Beignet

### mardi 7

- Velouté Dubarry
- Bœuf Stroganoff
- Duo de haricots
- Crème dessert à la vanille

### mercredi 8

- Macédoine de légumes
- Colombo de porc
- Blé aux haricots rouges
- Fromage
- Compote pommes bananes

### jeudi 9

- Carottes râpées à la mimolette
- Fish'n
- Chips\*
- Fruit de saison

\* Poisson meunière et frites.

### vendredi 10

- Salade aux dés d'emmental et croûtons
- Choucroute
- Alsacienne
- Fromage blanc
- Aux myrtilles



La Région Grand Est

### 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 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.