



RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



Menus du 2 au 6 mars 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Macédoine de légumes ● Boulettes de soja sauce champignons ● Boulgour ● Vache picon ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé aux fruits secs ● Sauté de porc au chorizo ● Haricots beurre ● Entremets vanille au lait Bio 	<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de légumes ● Paupiette de veau sauce provençale ● Poêlée de pommes de terres aux choux fleurs ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées vinaigrette ● Filet de dinde rôti, jus au thym ● Lentilles cuisinées ● Yaourt sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pâté de campagne, cornichon ● Filet de poisson frais sauce beurre blanc ● Salade verte ● Fromage ● Fruit de saison

Menus du 9 au 13 mars 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Cervelas sauce vinaigrette ● Poisson pané ● Pommes vapeur et épinards crème curry ● Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves aux pommes ● Émincé de bœuf aux oignons sauce soja ● Riz ● Fromage ● Pêche au sirop 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade d'agrumes ● Pizza aux 3 fromages ● Salade verte ● Fromage blanc ● aux bananes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ● Jambon grillé sauce Madère ● Petits pois carottes ● Compote de pommes aux amandes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de haricots rouges et maïs ● Steak de soja sauce tomate ● Farfalles au beurre ● Fromage ● Fruit de saison

* Segments de pomelos et d'oranges.

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** : Armonys Restauration vous informe que la viande bovine est VBF. 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 16 au 20 mars 2020

Coupe du monde de Biathlon - Oslo

lundi

- Salade de pois chiches *
- Boulettes d'agneau aux 4 épices
- Carottes persillées 
- Fromage
- Fruit de saison

mardi

- Velouté de légumes
- Lasagnes aux lentilles
- Salade verte 
- Fromage
- Crème dessert à la vanille

mercredi

- Salade d'avocat vinaigrette
- Cuisse de poulet rôti
- Flageolets cuisinés
- Fromage 
- Compote de fruits

jeudi

- Rillettes de sardines
- Gratin de pommes de terre saumon aneth
- Salade iceberg
- Fromage blanc aux myrtilles 



vendredi

- Salade de chou chinois *
- Tartiflette
- Salade verte
- Fruit de saison 

* Pois chiches, huile d'olive, échalote, cumin.

* Chou chinois râpé, épave, vinaigrette.

Menus du 23 au 27 mars 2020

lundi

- Duo de saucissons
- Émincé de porc aux pruneaux
- Choux fleurs et pommes de terre 
- Fromage
- Flan nappé au caramel

mardi

- Carottes râpées vinaigrette 
- Steak haché 
- Frites fraîches
- Fruit de saison

mercredi

- Potage parmentier aux croûtons
- Quiche au thon tomate mozzarella
- Salade verte 
- Fromage
- Fruit de saison

jeudi

- Betteraves aux pommes 
- Curry de légumes
- aux pois chiches et boulgour
- Yaourt sucré

vendredi

- Lentilles aux lardons
- Curry de dinde au lait de coco
- Haricots verts 
- Fromage
- Pâtisserie maison 

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** : Armonys Restauration vous informe que la viande bovine est VBF. 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 30 mars au 3 avril 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Velouté de pois cassés au fromage frais Penne rigate Sauce tomate* Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de risettis au surimi Blanquette de volaille aux champignons Carottes vichy Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de pommes de terre aux œufs Boulettes de bœuf Petits pois au bouillon Yaourt sucré Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade aux dés d'emmental et croûtons Filet de poisson frais sauce citronnée Blé pilaf Fromage blanc aux flocons d'avoine Riz au lait 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres vinaigrette Rôti de porc sauce moutarde Gratin de choux fleur Fruit de saison

* Sauce tomate, oignons, farine de pois chiche, fromage et cumin.

Menus du 6 au 10 avril 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Radis, beurre Rougail saucisse Riz créole Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Tortis multicolores aux dés de fromage Bœuf bourguignon Duo de haricots sautés aux oignons Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Endives aux pommes Farfalles Carbonara de poisson Fromage Entremets 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves à l'échalote Couscous de poulet Semoule et légumes couscous Fromage Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées Chili sin carne Fromage Cocktail de fruits au sirop

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** : Armonys Restauration vous informe que la viande bovine est VBF. 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.