



RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



Menus du 31 août au 4 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
 <ul style="list-style-type: none"> Melon Coquillettes Sauce bolognaise Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Melon Coquillettes Sauce bolognaise Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Taboulé aux raisins Aiguillettes de poulet marinées Purée de brocolis Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de tomates au maïs Steak haché sauce tomate Frites Yaourt aromatisé Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Pastèque Blanquette de poisson frais Carottes et riz Entremet vanille

Menus du 7 au 11 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Betteraves vinaigrette Boulettes de soja sauce tomates Boullgour Île flottante 	<ul style="list-style-type: none"> Concombre vinaigrette Sauté de porc à l'ananas Riz créole Fromage Crème dessert au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de lentilles* Poisson pané Haricots beurre à la tomate Petit suisse sucré Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Tortis multicolores aux dés de tomates et olives Poulet rôti Courgettes sautées aux oignons Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Radis beurre Émincé de bœuf au paprika Purée de choux fleurs aux pommes de terre Liégeois chocolat

* Lentilles, lardons, tomates, échalotes, 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** : 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 14 au 18 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de pommes de terre* ● Sauté de dinde à l'estragon ● Petits pois à la française ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tomates à l'échalote ● Jambon grillé sauce Barbecue ● Riz pilaf aux poivrons rouges ● Babybel ● Compote de pommes aux fruits rouges 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves aux poires ● Steak haché ● Épinards crème curry ● Petit suisse aux fruits ● Cookie 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres crème à l'aneth ● Lasagnes aux lentilles ● Salade verte ● Fromage blanc sucré ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Melon ● Filet de poisson frais à la nage ● Blé tendre et ratatouille ● Glace

* Pommes de terre, cervelas, tomate, cornichons, mayonnaise. Fromage en dé

Menus du 21 au 25 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées vinaigrette ● Quiche aux légumes ● Salade verte ● Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pastèque ● Tajine d'agneau aux aubergines ● Pommes vapeur ● Fromage ● Entremets à la vanille au lait Bio 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de chou chinois ● Tomate farçie ● Semoule au bouillon de tomates ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade Marco Polo* ● Filet de dinde, jus au thym ● Gratin de courgettes à la mozzarella ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pâté de campagne, cornichon ● Farfalles ● Filet de poisson frais sauce beurre blanc ● Fromage ● Fruit de saison

* Coquillettes, surimi, tomates, poivrons rouges, crème fraîche.

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 28 septembre au 2 octobre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Melon Thon à la Catalane * Riz doré Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves au maïs Bœuf massalé Haricots verts persillés Fromage Pâtisserie 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées Beignets de poisson au citron Blé pilaf Fromage Compote de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Céleri rémoulade Gratin Dauphinois et jambon Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombre à la crème Quiche à la vache qui rit Salade verte Mousse au chocolat

* Thon, tomates, oignons, poivrons, cornichons, épices.

Menus du 5 au 9 octobre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Chou chinois en salade* Boulettes de bœuf Potatoes crème ciboulette Yaourt sucré Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade papillon* Colombo de porc Petits pois carottes Flan nappé au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> Cervelas vinaigrette Haut de cuisse de poulet rôti Courgettes sauce tomate Fromage Semoule au lait Bio 	<ul style="list-style-type: none"> Macédoine de légumes Parmentier de lentilles vertes Salade verte Fromage blanc à la crème de marrons 	<ul style="list-style-type: none"> Tomates à l'huile d'olive et au basilic Filet de poisson frais sce moutarde à l'ancienne Julienne de légumes* et boulgour Fromage Fruit de saison

*Chou chinois, tomates, dés d'emmental, vinaigrette.

*Farfalles, tomates, poivrons, maïs, vinaigrette.

*Courgettes, carottes, céleri rave

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

Un jour, une recette!

LA SEMAINE DU GOÛT



Menus du 12 au 16 octobre 2020

lundi

- Betteraves ciboulette 
- Chili sin carne (lentilles et haricots rouges)
- Riz
- Crème dessert au chocolat maison 

mardi

- Salade de carottes miel et citron 
- Tartiflette
- Salade verte
- Fruit de saison 

mercredi

- Tartine de chèvre chaud et origan 
- Paupiette de veau
- Flageolets 
- Fromage blanc
- aux fruits

jeudi

- Concombres alpins*
- Émincé de dinde au curry et à la mangue 
- Haricots verts 
- Yaourt aromatisé
- Madeleine

vendredi

- Taboulé à l'orientale
- Filet de poisson frais sauce chorizo 
- Carottes vichy
- Fromage
- Fruit de saison 

*Concombre, fromage blanc, moutarde, jus de citron.



Toute l'équipe du restaurant scolaire 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** : 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.