

LE PRODUIT DU MOIS :
 Originaire d'Amérique du Sud, l'ananas est l'un des fruits exotiques les plus appréciés. Il se consomme en Europe depuis le 16^e siècle, après que Christophe Colomb l'ait ramené en Espagne. On l'utilise dans des recettes sucrées ou salées, cru ou cuit. Si on en trouve toute l'année, la meilleure saison est de décembre à mars. Avec lui, faites le plein de vitamines en hiver!



École de **PODENSAC**

MENUS DU MOIS DE



2021



Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine du 04 au 08.01	<p>Potage de tomates</p> <p>Paupiette de veau VBF au jus</p> <p>Petits pois à la française</p> <p>Galette de nos petits rois</p>	<p>Quiche aux légumes</p> <p>Pommes au four</p> <p>Fromage</p> <p>Salade de fruits</p>	<p>Cordon bleu</p> <p>Haricots verts</p> <p>Fromage</p> <p>Panacotta vanille</p>	<p>Rôti de porc</p> <p>Frites</p> <p>Yaourt aux fruits</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Pâté de campagne</p> <p>Filet de poisson du jour</p> <p>Carottes glacées</p> <p>Crumble aux fruits</p>
Semaine du 11 au 15.01	<p>Omelette</p> <p>Fricassée de légumes et pommes de terre</p> <p>Yaourt local</p> <p>Biscuit</p>	<p>Cocotte de bœuf vbf Bourguignon</p> <p>Tortis</p> <p>Fromage</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Betteraves vinaigrette</p> <p>Saucisse grillée sauce rougail</p> <p>Semoule</p> <p>Yaourt nature sucré</p>	<p>MENU DES ENFANTS</p>	<p>Calamars à la romaine</p> <p>Écrasé de brocolis</p> <p>Fromage</p> <p>Compotée de fruits</p>
Semaine du 18 au 22.01	<p>Potage 4 légumes</p> <p>Escalope de volaille panée</p> <p>Gratin de chou-fleur</p> <p>Petit suisse</p>	<p>Dos de colin rôti persillade citron</p> <p>Pommes de terre</p> <p>Fromage</p> <p>Ile flottante</p>	<p>Steak haché grillé vbf</p> <p>Salsifis au jus</p> <p>Fromage</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Parmentier de citrouille et fromage</p> <p>Salade verte</p> <p>Fromage</p> <p>Gâteau d'anniversaire</p>	<p>Friand fromage</p> <p>Poulet rôti au thym</p> <p>Haricots plats</p> <p>Fruit de saison</p>
Semaine du 25 au 29.01	<p>Émincé de volaille sauce soja</p> <p>Poêlée de navets et champignons</p> <p>Fromage</p> <p>Mousse chocolat</p>	<p>Émincé de chou, salade, pommes et emmental</p> <p>Pâtes à la Bolognaise</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Mousse de foie</p> <p>Poisson Meunière</p> <p>Épinards béchamel</p> <p>Yaourt aromatisé</p>	<p>Wok de falafel, riz et Légumes au curry</p> <p>Fromage</p> <p>Crème caramel</p>	<p>Carottes râpées</p> <p>Échine de porc rôtie</p> <p>Haricots Vendéens</p> <p>Fromage blanc et coulis</p>

Produit Bio



Repas Végétarien



Préparation maison à base de produits frais



Produit de saison



Produit local

