

LE PRODUIT DU MOIS :

Dans la grande famille des agrumes, on trouve l'orange, le citron, la mandarine, la clémentine, le pamplemousse, la bergamote, le cédrat... S'ils n'ont pas tous la même couleur, ils ont en commun la pulpe, les quartiers, la saveur acide, et leur richesse en vitamine C ! Très employés en cuisine, on les utilise aussi beaucoup dans les parfums.

École de

PODENSAC

MENUS DU MOIS DE




























Décembre

2020



Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine du 30.11 au 04.12	<p>Potage parmentier</p> <p>Escalope de volaille Milanaise</p> <p>Brocolis sautés </p> <p>Fruit frais de saison</p>	<p>Rosette</p> <p>Daube de bœuf VBF</p> <p>Pâtes </p> <p>Pêche au sirop</p>	<p>Moussaka</p> <p>Riz </p> <p>Fromage</p> <p>Fruit frais de saison</p>	<p>Tourin tomate vermicelle</p> <p>Pané fromager </p> <p>Haricots beurre </p> <p>Yaourt nature sucré</p>	<p>Brandade de morue</p> <p>Salade verte</p> <p>Fromage</p> <p>Panacotta et coulis de fruits rouges </p>
Semaine du 07 au 11.12	<p>Poisson aux céréales</p> <p>Pommes vapeur</p> <p>Yaourt local </p> <p>Biscuit</p>	<p>Oeuf mimosa </p> <p>Tortellini</p> <p>épinards, chèvre et ricotta</p> <p>Fromage blanc</p>	<p>Haut de cuisse de poulet rôti </p> <p>Chou vert en garbure</p> <p>Fromage</p> <p>Tarte aux fruits</p>	<p>Velouté de potimarron </p> <p>Rôti de porc au romarin</p> <p>Poêlée de légumes oubliés</p> <p>Gâteau d'anniversaire </p>	<p>Betterave vinaigrette</p> <p>Boulettes de bœuf sauce curry</p> <p>Semoule </p> <p>Yaourt aromatisé</p>
Semaine du 14 au 18.12	<p>Omelette au fromage </p> <p>Salade verte</p> <p>Fromage</p> <p>Riz au lait </p>	<p>Potage alphabet</p> <p>Pot au feu</p> <p>Légumes du pot </p> <p>Petit filou</p>	<p>Terrine de campagne</p> <p>Calamars à la romaine </p> <p>Salsifis et carottes sautés</p> <p>Poire au chocolat</p>	<p>REPAS DE NOËL</p> 	<p>Rôti de dinde au caramel d'agrumes </p> <p>Potiron poêlé</p> <p>Fromage</p> <p>Fruit frais de saison</p>
Semaine du 21 au 25.12	<p>Steak de soja </p> <p>Lentilles vertes </p> <p>Fromage</p> <p>Ile flottante</p>	<p>Potage de légumes </p> <p>Quiche</p> <p>Salade verte</p> <p>Yaourt aux fruits</p>	<p>Saucisse grillée</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Laitage</p> <p>Fruit frais de saison</p>	<p>Poisson bordelaise</p> <p>Haricots plats</p> <p>Fromage</p> <p>Tarte aux pommes </p>	<p>ferié</p>
Semaine du 28 au 01.01	<p>Carottes râpées </p> <p>Poisson meunière</p> <p>Poêlée de légumes de saison</p> <p>Eclair chocolat</p>	<p>Velouté de champignons </p> <p>Hachis Parmentier</p> <p>Salade verte</p> <p>Yaourt aromatisé</p>	<p>Nuggets de poulet</p> <p>Haricots verts </p> <p>Fromage</p> <p>Compote de fruits</p>	<p>Pizza aux fromages </p> <p>Salade verte</p> <p>Fromage</p> <p>Crème aux oeufs</p>	<p>ferié</p>

Produit Bio



Repas Végétarien



Préparation maison à base de produits frais



Produit de saison



Produit local

