



# ÉCOLE DE CASTRES-GIRONDE

MENUS DE



Janvier

2019



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi



Semaine du 7  
Au 11

salade de betteraves au basilic  
steak haché vbf, jus aux herbes  
haricots verts  
Fromage  
galette des rois

œuf dur sauce cocktail  
poisson du jour en sauce  
riz bio  
Fromage  
compote de pommes

rillettes de thon crémeuses aux  
herbes  
picatta de dinde aux champignons  
jardinière de légumes  
petit suisse au miel  
salade de fruits

chou fleur en salade  
rôti de porc  
Poêlée de légumes vapeur  
camembert bio  
riz au lait et coco

potage cultivateur  
sauté de veau vbf marengo  
purée de pommes de terre  
Fromage  
fruit frais bio

Semaine du 14  
Au 18

soupe de légumes  
poisson du jour aux herbes  
pâtes torsadées bio  
Fromage  
clémentine

salade de lardons et croutons  
émincé de bœuf vbf au paprika  
brocolis bio  
Fromage  
flan au spéculos

lentilles en vinaigrette  
steak de veau vbf  
carottes bio à la crème  
petit suisse sucre  
banane rôtie au chocolat

macédoine de légumes  
sauté de porc au Colombo et coco  
riz pilaf  
fromage à la coupe  
fruit frais

terrine de campagne  
poulet rôti au jus  
semoule aux légumes  
yaourt à la vanille  
biscuit

Semaine du  
21 au 25

fêta en salade  
boulette de bœuf  
macaronis bio  
petit suisse sucre  
fruit frais

**MENU INDIEN**  
DAHL, CURRY DE LENTILLES CORAIL  
EN SALADE  
SAUTE DE DINDE AU LAIT DE COCO  
ET ANANAS  
CHOUX FLEUR EN GRATIN  
FROMAGE  
CREMEUX A LA MANGUE

taboulé de boulgour aux raisins  
escalope de porc charcutière  
petits pois carottes  
yaourt  
tartare d'ananas

céleri rémoulade  
blanquette d agneau aux  
champignons  
riz bio  
fromage à la coupe  
fruit frais

velouté de légumes  
poisson du jour  
purée de butternut  
buche de chèvre  
cake au chocolat

Semaine du 28  
Au 01 fev

méli mélo de pâtes bio et surimi  
escalope de dinde à la moutarde  
gratin d'épinards  
petit suisse sucre  
fruit frais

saucisson et cornichons  
moules marinières  
pommes sautées  
Fromage  
crème dessert au chocolat

soupe de légumes  
bœuf vbf sauté aux oignons  
lentilles cuisinées  
fromage  
fruit frais

salade de blé aux herbes  
émincé de porc au soja et miel bio  
duo de haricots  
assortiment de fromage  
flan patissier

carottes râpées bio  
pâtes à la bolognaise  
Fromage  
compote de fruits

**Informations approvisionnement :** Les fruits et légumes frais de saison proviennent de cultures locales ou régionales. Toutes nos viandes sont fraîches, excepté la viande hachée qui est surgelée. Le poisson est frais ou surgelé, pauvre en arêtes. Nos fournisseurs sont situés en Gironde et en région Aquitaine. **Code couleur:** Produits frais – Préparation faites «Maison»- Produits laitiers

**Information «Allergènes» :** L'Aquitaine de Restauration vous informe que les plats servis au restaurant scolaire sont susceptibles de contenir des traces des allergènes\* suivants:

-céréales contenant du gluten à savoir blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut (variété de blé dur) et produits à base de ces céréales,

-crustacés, œufs, poisson, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, lupin (légumineuse) entrant dans la composition de certaines farines utilisées en biscuiterie et boulangerie industrielle, anhydride sulfureux et sulfites (E220) conservateur utilisé en France (presque tous les vins et moutardes en contiennent), mollusques. \*La liste est affichée au niveau du restaurant scolaire et le Chef peut sur demande vous communiquer les allergènes éventuellement présents dans ses préparations.

Bon appétit les enfants!

