



Menus Péricolaires -Eschau Septembre - Octobre 2020

JOUR SEMAINE	Semaine 36 31 août au 4 septembre 2020	Semaine 37 7 au 11 septembre 2020	Semaine 38 14 au 18 septembre 2020	Semaine 39 21 au 25 septembre 2020	Semaine 40 28/09 au 02 octobre 2020	Semaine 41 5 au 9 octobre 2020	Semaine du goût : les herbes aromatiques Semaine 42 12 au 16 octobre 2020	VACANCES SCOLAIRES	
								Semaine 43 19 au 23 octobre 2020	Semaine 44 26 au 30 octobre 2020
LUNDI	Mijotée de porc sauce aux poivrons	Mijoté de bœuf mironton	REPAS VEGETARIEN Salade de concombres	Cordon bleu de volaille	Filet de poulet à la provençale	Salade de chou rouge	Galantine de volaille , cornichon	Fricassée de colin au curcuma	Salade coleslaw BIO
	Boullgour	Semoule et courgettes à l'ail	Croustillant au fromage	Carottes vichy BIO	Riz pilaf et haricots verts BIO	Emincé de bœuf sauce chasseur	Rôti de bœuf à l'ail et au thym	Purée pommes de terre, épinards BIO	Jambon
	Gouda BIO	Carré de l'Est à la coupe	Haricots rouges BIO à la mexicaine	Morbier à la coupe	Brie à la coupe	Haricots blancs BIO aux petits légumes	Pommes risollées et navets à la tomate	Samos	Pommes risollées et poireaux braisés
	Fruit de saison	Fruit de saison BIO	Crème dessert saveur chocolat Elle et Vire	Salade de fruits	Pomme	Coulommiers à la coupe	Yaourt aromatisé BIO	Fruit de saison	Yaourt sucré
	Sauté de volaille								Jambon de volaille
	Galette quinoa à la provençale	Palet végétal mironton		Nuggets de blé	Haricots rouges à la provençale	Haricots blancs sauce chasseur et son riz aux petits légumes	Macédoine de légumes ; Galette de boulgour, lentilles corail à l'aneth au jus	Palets montagnards	Fromage blanc aux fines herbes
MARDI	RENTREE DES ECOLIERS REPAS VEGETARIEN Salade verte BIO			Salade de chou blanc	REPAS VEGETARIEN Salade de carottes	 MENUS DES ENFANTS	Filet de colin en croûte d'herbes	Bœuf en daube	Steak haché de bœuf sauce brune
	Lasagnes	Dos de lieu sauce façon Vallée d'Auge	Haché de bœuf aux olives	Filet de merlu à la fondue de poireaux	Œufs brouillés aux herbes fraîches		Petits pois BIO à la menthe	Flageolets BIO et carottes au bouillon	Blé et chou-fleur à la béchamel
	aux légumes	Pommes de terre fondantes et chou-fleur BIO	Riz et légumes maraichers BIO	Blé BIO	Coquillettes à la julienne de légumes		Munster à la coupe	Carré de l'Est à la coupe	Camembert à la coupe
	Gélinifé saveur vanille	Edam à la coupe	Vache qui rit	Millefeuille	Fruit de saison		Fromage blanc nature + coulis de fruits rouges	Eclair au chocolat	Fruit de saison BIO
		Pastèque	Poire				Œufs brouillés aux fines herbes	Plat complet de riz, flageolet et carottes au bouillon	Crêpe aux champignons
		Tortilla et poêlée de chou-fleur	Omelette aux olives	Tortellinis ricotta épinards					
MERCREDI	Melon		Salade fromagère	Salade de concombres BIO	Salade verte BIO		REPAS VEGETARIEN		Salade verte
	Fricassée de volaille au curry	Rôti de porc au romarin	Emincé de volaille à la moutarde à l'ancienne	Sauté de porc aux pêches	Hachis parmentier de bœuf	Jambon braisé	Raviolis ricotta épinards sauce végétarienne	Gratin de coquillettes	Parmentier aux légumes
	Riz pilaf et haricots plats	Petits pois carottes BIO à la française	Pâtes et poêlée de légumes	Boullgour et petits légumes		Gratin Dubarry BIO (cœur de blé et chou-fleur)	Salade verte BIO	au jambon de volaille et champignons	et saumon
	Yaourt nature sucré BIO	Petit suisse aromatisé	Fromage blanc nature en vrac + sucre	Yaourt aux fruits	Fromage blanc à la pulpe de fruits	Gouda à la coupe	Emmental râpé	Tomme BIO	
		Salade de fruits frais		Sauté de volaille		Banane	Salade de fruits frais	Fruit de saison	Pomme
	Rôti de volaille au romarin		Beignet de courgettes	Parmentier aux légumes et tofu	Jambon de volaille		Gratin de pâtes au fromage et champignons	Parmentier aux légumes et lentilles vertes	
	Quenelles natures au curry	Croustillant au fromage	Tortellinis au fromage		Gratin Dubarry au fromage				
JEUDI		FETE DE LA GASTRONOMIE FRANCAISE		REPAS VEGETARIEN			HALLOWEEN 		REPAS VEGETARIEN
		Salade niçoise	Taboulé			Salade aux dés de fromage	Velouté de potiron	Salade de céleri	
	Sauté de veau jus aux herbes de Provence	Fleischkiechle (veau) à l'alsacienne	Filet de colin meunière, sauce citronnée	Riz façon risotto	Couscous garni (merguez)	Blanquette de lieu à l'aneth	Saucisse de volaille sauce piquante	Rôti de porc au jus	Tajine de légumes rôtis au miel et pois chiches
	Purée pommes de terre, carottes	Spaetzles et ratatouille BIO	Fleur de brocolis BIO à la béchamel	aux tomates et basilic et ses fèves	Semoule et légumes de couscous	Purée pommes de terre, blancs de poireaux BIO	Pommes de terre forestières (champignons, oignons) persillées	Pommes de terre vapeur et chou rouge aux pommes	Boullgour
	Saint Paulin à la coupe		Fournols à la coupe	Camembert à la coupe	Saint Paulin à la coupe BIO		Carrot cake	Edam à la coupe	Fromage blanc aromatisé BIO
	Fruit de saison	Tarte aux pommes streussel		Fruit de saison	Saucisse de volaille		Fruit de saison		
	Parmentier végétarien carottes et lentilles	Boulettes de soja à l'alsacienne	Curry de brocolis, pois chiches et cœur de blé		Couscous végétarien (semoule, légumes et pois chiches)		Quenelles végétale sauce piquante	Rôti de volaille au jus	
								Nuggets végétarienne	
VENDREDI	Salade de concombres BIO bulgare	REPAS VEGETARIEN	MENU DES ENFANTS	REPAS D'AUTOMNE		REPAS VEGETARIEN		REPAS VEGETARIEN	
	Filet de colin à la mexicaine	Omelette à la concassée de tomate	Salade de carottes BIO	Duo de navet et carottes	Céleri aux raisins secs	Salade de champignons	Emincé de volaille sauce au miel	Salade de légumes racines	Salade de carottes à l'orange
	Légumes du soleil (courgettes, tomates, aubergines) et maïs	Pommes sautées	Nuggets, ketchup	Emincé de bœuf sauce forestière	Filet de colin pané, citron	Curry de légumes (tomate, carottes, courgettes, petits pois) et pois chiches	Semoule et carottes BIO à la coriandre	Galette végétale	Emincé de bœuf sauce campagnarde
	Pomme cuite à la cannelle	Ribeaupierre à la coupe	Haricot verts	Purée pommes de terre, panais BIO	Gratin de brocolis BIO et cœur de blé	Riz aux épices	Bûche de chèvre à la coupe	et potée de légumes (chou vert, carottes, navets)	Haricots verts et pâtes BIO
	Boulettes de lentilles à la mexicaine	Compote de fruits	Donut	Tomme grise à la coupe		Fromage blanc nature + sucre	Gélinifé vanille nappé caramel	Crème dessert saveur vanille BIO	Tarte aux poires
		Nuggets de blé, ketchup	Tofu sauce forestière			Feuilleté au fromage		Falafels sauce campagnarde	

4B **Produit issu de l'Agriculture Biologique**

 **Local et de saison**

* Sans porc et végétarien



Tous nos pains sont fabriqués par un artisan boulanger local



Les alternatives végétariennes sont des plats complets

Pour les écoles maternelles, les rôti de viande sont remplacés par des émincés.

Les menus ne sont pas contractuels, le service achat étant tributaire des variations possibles des approvisionnements.

Les menus sont validés par la diététicienne de Dupont Restauration selon les recommandations nutritionnelles du GEMRCN