





# 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 <b>porc</b> sauce aux poivrons	<b>Mijoté de bœuf</b> mironton	REPAS VEGETARIEN Salade de concombres	Cordon bleu de volaille	Filet de poulet à la provençale	<b>Salade de chou rouge</b>	<b>Galantine de volaille</b> , cornichon	Fricassée de colin au curcuma	<b>Salade coleslaw BIO</b>
	Boullgour	Semoule et courgettes à l'ail	Croustillant au fromage	<b>Carottes vichy BIO</b>	<b>Riz pilaf et haricots verts BIO</b>	<b>Emincé de bœuf</b> sauce chasseur	<b>Rôti de bœuf</b> à l'ail et <b>au thym</b>	<b>Purée pommes de terre, épinards BIO</b>	<b>Jambon</b>
	<b>Gouda BIO</b>	Carré de l'Est à la coupe	<b>Haricots rouges BIO à la mexicaine</b>	Morbier à la coupe	Brie à la coupe	<b>Haricots blancs BIO</b> aux petits légumes	Pommes rissolées et <b>navets</b> à la tomate	Samos	Pommes rissolées et poireaux braisés
	Fruit de saison	<b>Fruit de saison BIO</b>	Crème dessert saveur chocolat Elle et Vire	Salade de fruits	Pomme	Coulommiers à la coupe	<b>Yaourt aromatisé BIO</b>	Fruit de saison	Yaourt sucré
	<b>Sauté de volaille</b>	<b>Palet végétal mironton</b>		<b>Nuggets de blé</b>	<b>Haricots rouges à la provençale</b>	<b>Haricots blancs sauce chasseur et son riz aux petits légumes</b>	<b>Macédoine de légumes ; Galette de boulgour, lentilles corail à l'aneth au jus</b>	<b>Palets montagnards</b>	<b>Jambon de volaille</b>
MARDI	<b>RENTREE DES ECOLIERS</b> REPAS VEGETARIEN <b>Salade verte BIO</b>			Salade de <b>chou blanc</b>	REPAS VEGETARIEN Salade de carottes	 <b>MENUS DES ENFANTS</b>	<b>Filet de colin en croûte d'herbes</b>	<b>Bœuf en daube</b>	Steak haché de bœuf sauce brune
	Lasagnes aux légumes	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		<b>Petits pois BIO</b> à la menthe	<b>Flageolets BIO</b> et carottes au bouillon	Blé et chou-fleur à la béchamel
	Gélinié saveur vanille	<b>Pommes de terre fondantes et chou-fleur BIO</b>	<b>Riz et légumes maraîchers BIO</b>	<b>Blé BIO</b>	Coquillettes à la julienne de légumes		<b>Munster à la coupe</b>	<b>Carré de l'Est à la coupe</b>	Camembert à la coupe
		Edam à la coupe	Vache qui rit	Millefeuille	<b>Fruit de saison</b>		Fromage blanc nature + coulis de fruits rouges	Eclair au chocolat	<b>Fruit de saison BIO</b>
		Pastèque	Poire	<b>Tortellinis ricotta épinards</b>			Œufs brouillés aux fines herbes	<b>Plat complet de riz, flageolet et carottes au bouillon</b>	<b>Crêpe aux champignons</b>
MERCREDI	Melon		Salade fromagère	Salade de <b>concombres BIO</b>	<b>Salade verte BIO</b>		REPAS VEGETARIEN		Salade verte
	Fricassée de volaille au curry	<b>Rôti de porc</b> au romarin	Emincé de volaille à la moutarde à l'ancienne	<b>Sauté de porc</b> aux pêches	Hachis parmentier de bœuf	<b>Jambon braisé</b>	Raviolis ricotta épinards sauce végétarienne	Gratin de coquillettes	Parmentier aux légumes
	Riz pilaf et haricots plats	<b>Petits pois carottes BIO</b> à la française	Pâtes et poêlée de légumes	Boullgour et petits légumes		<b>Gratin Dubarry BIO</b> (cœur de blé et chou-fleur)	<b>Salade verte BIO</b>	au <b>jambon de volaille</b> et champignons	et saumon
	<b>Yaourt nature sucré BIO</b>	Petit suisse aromatisé	<b>Fromage blanc nature en vrac + sucre</b>	Yaourt aux fruits	Fromage blanc à la pulpe de fruits	Gouda à la coupe	Emmental râpé	<b>Tomme BIO</b>	
		Salade de fruits frais		<b>Sauté de volaille</b>		Banane	Salade de fruits frais	<b>Fruit de saison</b>	<b>Pomme</b>
JEUDI	<b>Quenelles natures au curry</b>	<b>Rôti de volaille au romarin</b>	<b>Tortellinis au fromage</b>	<b>Beignet de courgettes</b>	<b>Parmentier aux légumes et tofu</b>	<b>Gratin Dubarry au fromage</b>	<b>HALLOWEEN</b> 	<b>Gratin de pâtes au fromage et champignons</b>	<b>Parmentier aux légumes et lentilles vertes</b>
		<b>FETE DE LA GASTRONOMIE FRANCAISE</b>		REPAS VEGETARIEN			Velouté de potiron	REPAS VEGETARIEN	Salade de céleri
		Salade niçoise	Taboulé	Riz façon risotto	Couscous garni ( <b>merguez</b> )	Salade aux dés de fromage	<b>Saucisse de volaille</b> sauce piquante	<b>Rôti de porc</b> au jus	Tajine de légumes rôtis au miel et pois chiches
		<b>Fleischkiechle</b> (veau) à l'alsacienne	Filet de colin meunière, sauce citronnée	aux tomates et basilic et ses fèves	Semoule et légumes de couscous	Blanquette de lieu à l'aneth	Pommes de terre forestières (champignons, oignons) <b>persillées</b>	Pommes de terre vapeur et <b>chou rouge</b> aux pommes	Boullgour
		<b>Spaetzles</b> et <b>ratatouille BIO</b>	<b>Fleur de brocolis BIO</b> à la béchamel	Camembert à la coupe	<b>Saint Paulin à la coupe BIO</b>	<b>Purée pommes de terre, blancs de poireaux BIO</b>	Carrot cake	Edam à la coupe	<b>Fromage blanc aromatisé BIO</b>
VENDREDI		<b>Tarte aux pommes streussel</b>	<b>Curry de brocolis, pois chiches et cœur de blé</b>	<b>REPAS D'AUTOMNE</b>			<b>Quenelles végétale sauce piquante</b>		
		<b>Boulettes de soja à l'alsacienne</b>		<b>Salade de carottes BIO</b>	Duo de navet et <b>carottes</b>				Salade de <b>carottes</b> à l'orange
		<b>REPAS VEGETARIEN</b>		<b>Menu des enfants</b>	<b>Emincé de bœuf</b> sauce forestière	<b>Céleri</b> aux raisins secs		Emincé de volaille sauce au miel	<b>Emincé de bœuf</b> sauce campagnarde
		<b>Salade de concombres BIO</b> bulgare	Omelette à la concassée de tomate	Nuggets, ketchup	<b>Purée pommes de terre, panais BIO</b>	Filet de colin pané, citron		<b>Semoule et carottes BIO à la coriandre</b>	<b>Haricots verts et pâtes BIO</b>
		Filet de colin à la mexicaine	Pommes sautées	Haricot verts	Tomme grise à la coupe	<b>Gratin de brocolis BIO</b> et cœur de blé		Bûche de chèvre à la coupe	Tarte aux poires
	Légumes du soleil (courgettes, tomates, aubergines) et maïs	<b>Ribeaupierre à la coupe</b>	Donut	<b>Nuggets de blé, ketchup</b>	<b>Tofu sauce forestière</b>		Gélinié vanille nappé caramel	<b>Crème dessert saveur vanille BIO</b>	
	Pomme cuite à la cannelle	Compote de fruits					<b>Feuilleté au fromage</b>	<b>Falafels sauce campagnarde</b>	
	<b>Boulettes de lentilles à la mexicaine</b>								

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

