

Menus du mois de septembre 2017

	Lundi 04	Mardi 05	Mercredi 06	Jeudi 07	Vendredi 08
S e m a i n e 3 6	Taboulé aux légumes	Melon		Concombres vinaigrette	Pêche au thon & à la menthe
	Cordon bleu	Sauté de veau à la catalane		Quiche lorraine maison	Paëlla marine
	Petits pois & Carottes	Purée de pommes de terre		Fondue d'épinards	(Plat complet)
	Fruit de saison	Muffin aux raisins		Crème dessert praliné	Fruit de saison

	Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15
S e m a i n e 3 7	Salade piémontaise	Salade composée 		Méli-Mélo de crudités	Friand au fromage
	Chipolatas aux herbes	Goulasch de bœuf		Sauté de poulet au citron	Brandade de morue
	Haricots verts persillés	Coquillettes		Pommes frites	Salade
	Flan à la vanille	Fruit de saison		Tomme des pyrénées	Fruit de saison

	Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22
S e m a i n e 3 8	Salade exotique	Mousse de foie & cornichon		Cèleri rémoulade aux raisins secs	Salade de pâtes italienne
	Boules d'agneau aux oignons	Haut de cuisse rôtie		Mijoté de porc vigneronne	Lieu sauce moutarde
	Riz pilaf	Poêlée de légumes		Gratin de pommes de terre	Ratatouille
	Fruit de saison	Tarte au flan		Raisins de pays	Liégeois au chocolat

	Lundi 25	Mardi 26	Mercredi 27	Jeudi 28	Vendredi 29
S e m a i n e 3 9	Tomate au maïs	Salade de blé		Salade nantaise	Pamplemousse
	Rôti de porc aux olives	Normandin de veau		Sauté de canard aux olives	Gratin de poisson
	Purée carottes & pommes de terre	Choux de bruxelles		Salsifis à l'ail	Coquillettes + Fromage râpé
	Fruit de saison	Crème dessert caramel		Fruit de saison	Camembert



N.B. : Les fréquences recommandées par la réglementation en vigueur (GEMRCN) sont calculées UNIQUEMENT SUR LES REPAS SCOLAIRES 4jours /semaine (hors ALSH)



Chaque jour, Api restauration Pays d'Oc privilégie dans ses menus les produits locaux, frais et de saison.



Code couleurs - Les différents groupes d'aliments

Féculents et légumes secs

Produits laitiers

Matières grasses

Fruits et Légumes

Viandes, poissons, œufs

Produits sucrés