

novembre

Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.



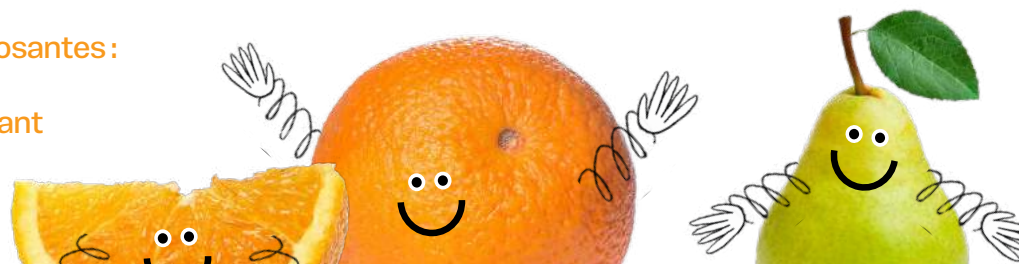
	Lundi 31 oct.	Mardi 1 nov.	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4	Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11	Lundi 14	Mardi 15			
Entrée	Légumes façon couscous et pois chiches ; Semoule semi complète	Férié	Œuf dur mayonnaise	Bœuf façon bourguignon ; Carottes	Menu des sorciers	Salade verte vinaigrette	Betteraves et maïs vinaigrette	Sauté de bœuf au paprika ; Brocolis	Carottes râpées vinaigrette à l'orange	Férié	Blanquette de dinde ; Pommes vapeur	Pomelo			
Plat principal ; garniture			Filet de poisson sauce aurore ; Pommes vapeur		Tarte au butternut et comté ; Salade verte vinaigrette à la betterave maléfique	Brandade de morue	Escalope viennoise ; Petits pois		Mélange 5 céréales ; Ratatouille et pois chiches		Lentilles à la tomate ; Céréales gourmandes				
Fromage Laitage			Tome blanche		Mimolette	Yaourt nature	Colle du grimoire		Cantal *		Yaourt nature *	Camembert	Fromage blanc aromatisé	Mimolette	Crème dessert chocolat
Dessert			Fruit		Fruit	Banane	Orange sanguine		Purée de pommes		Fruit *	Quatre Quarts	Fruit	Fruit	
Goûter			Madeleine - yaourt nature - jus de fruits		Pétales de maïs - lait nature - fruit	Pain - beurre - purée de fruits	Pain - confiture de fraises - yaourt nature		Pain - barre de chocolat au lait - fruit		Brioche - lait nature - purée de fruits	Pain au lait - petit suisse nature - fruit	Pain - gelée de groseilles - fruit	Cookie chocolat - yaourt nature - jus de fruits	Pain - fromage à tartiner - fruit

RHOOOO ON VA BIEN RIGOLER!



	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25	Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 1 déc.	Vendredi 2
Entrée	Salade de pois chiches tomates poivrons vinaigrette	Œuf dur mayonnaise	Tartinable au thon et pain de campagne	Velouté de légumes	Filet de poisson sauce aux poivrons ; Semoule semi complète	Radis émincé à la crème	Menu des enfants de Mity-Mory	Endives vinaigrette à l'huile de noix	Lentilles vinaigrette	Salade de maïs et haricots rouges	Crêpe au fromage	Bœuf aux haricots rouges ; Haricots verts	Carottes multicolores râpées vinaigrette à l'échalote
Plat principal ; garniture	Filet de poisson sauce beurre citron ; Carottes	Sauté de bœuf aux oignons ; Haricots verts et flageolets	Quenelles nature sauce échalote ; Trio de fleurette	Quiche aux poireaux ; Salade verte vinaigrette		Veau marengo ; Haricots beurre et pommes de terre	Duo de carottes et chou		Tortelloni	Poulet rôti paprika ; Petits pois	Sauté de porc sauce chasseur ou pavé épinards et graines de courges ; Printanière de légumes		Écrasé de pommes de terre au colin ; Salade verte vinaigrette
Fromage Laitage	Carré de l'Est	Fromage blanc nature *	Tome noire des Pyrénées *	Yaourt nature *	Coulommiers	Fromage fouetté	Cantal *	Petit suisse nature	Comté *	Edam	Petit suisse aromatisé	Yaourt nature *	Chocolat liégeois
Dessert	Fruit	Fruit *	Fruit	Fruit	Fruit *	Purée de pommes banane	Fruit	Tarte aux poires	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Banane *
Goûter	Pain - beurre - purée de fruits	Pain au chocolat - lait nature	Pain - barre de chocolat noir - yaourt nature	Pain - confiture de framboises - purée de fruits	Pain au lait - barre de chocolat au lait - fromage blanc nature	Pétales de maïs - lait nature - fruit	Pain - miel - fromage blanc nature	Pain - camembert - fruit	Pain - barre de chocolat au lait - purée de fruits	Baguette viennoise - yaourt nature - jus de fruits	Pain - confiture d'abricots - purée de fruits	Petit beurre - petit suisse - jus de fruits	Pain - fromage à tartiner - fruit

Les menus sont élaborés avec 4 ou 5 composantes : 1 plat principal, 1 garniture, 1 produit laitier et 1 entrée et/ou 1 dessert, tout en respectant l'équilibre alimentaire recommandé.



La composition complète des menus (ingrédients et allergènes) est disponible en scannant ce qr code →



décembre



	Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16
Entrée	Salade de pommes de terre et haricots verts		Velouté de légumes	Céleri remoulade	Chou rouge vinaigrette balsamique	Salade verte vinaigrette		Mais au thon		Carottes râpées vinaigrette
Plat principal ; garniture	Sauté de veau au curry ; Petits pois	Haricots rouges et maïs à la mexicaine ; Riz	Omelette au fromage ; Carottes	Filet de poisson sauce beurre citron ; Courgettes	Steak haché ; Ecrasé de pommes de terre à l'huile d'olive	Dhal de lentilles corail ; Céréales gourmandes	Sauté de porc sauce diable ; ou omelette nature ; Haricots verts et flageolets	Sauté de bœuf mironton ; Duo de brocolis chou fleur		Duo de pois cassés et patate douce ; Riz
Fromage Laitage	Petit suisse nature *	Emmental	Fromage à tartiner	Cantal *	Yaourt aromatisé à la vanille	Fromage blanc nature *	Camembert *	Saint Paulin		Tome blanche
Dessert	Fruit * ◊	Fruit ◊	Fruit ◊	Semoule au lait			Fruit * ◊	Fruit ◊		Purée de pommes cassis
Goûter	Madeleine - lait nature - purée de fruits	Pain - confiture d'abricots - fromage blanc nature	Gâteau marbé - yaourt nature - jus de fruits	Pain - barre de chocolat au lait - fruit ◊	Pain - beurre - fruit ◊	Pain au lait - barre de chocolat noir - fruit ◊	Croissant - lait nature	Pétales de maïs - lait nature - purée de fruits		Pain - miel - fruit
	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30
Entrée	Salade verte vinaigrette	Velouté de légumes	Chou blanc vinaigrette			Salade de maïs aux haricots rouges	Salade d'endives vinaigrette	Carottes râpées sauce ciboulette		Menu surprise du Réveillon
Plat principal ; garniture	Sauté de dinde au paprika ; Printanière de légumes	Steak haché ; Pommes façon boulangères	Filet de poisson sauce crème et julienne ; Cœur de blé	Sauté de veau et haricots blancs ; Semoule	Quenelles nature sauce basilic ; Ratatouille et pommes de terre	Riz aux amandes ; Brocolis	Filet de poisson sauce aux poivrons ; Purée de pois cassés	Curry de pommes de terre et pois chiches ; Épinards		Carbonade de bœuf ; Pâtes
Fromage Laitage	Gouda	Yaourt nature	Emmental	Yaourt aromatisé	Carré de l'Est	Saint Paulin	Edam	Camembert		Petit suisse aromatisé
Dessert	Semoule au lait	Fruit ◊	Purée de pommes bananes	Fruit ◊	Carott cake	Fruit ◊	Ananas au sirop	Purée de pommes		Fruit ◊
Goûter	Petit beurre - yaourt nature - fruit ◊	Pain - fromage à tartiner - jus de fruits	Pain - beurre - fruit ◊	Madeleine fourré au chocolat - lait nature - purée de fruits	Pain - barre de chocolat au lait - fruit ◊	Pain - confiture d'abricots - petit suisse nature	Pain au lait - yaourt nature - fruit ◊	Pain - pâte à tartiner - fruit ◊		Cookie chocolat - purée de fruits - lait nature

: produit issu de l'agriculture biologique

: production agricole francilienne ou provenant d'un rayon de moins de 300 km

: produit d'indication géographique protégée

: produit d'appellation d'origine protégée

: produit à haute valeur environnementale

: plat élaboré par nos cuisiniers à partir de produits bruts ou peu transformés

: œuf ou viande de France

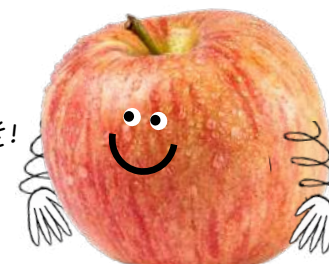
: produit label rouge

* : Aide de l'Union Européenne à destination des écoles.

◊ : fruits de saison **pomme, poire, orange, kiwi, clémentines**

Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger

MANGER ÉQUILIBRÉ. C'EST BON POUR LA SANTÉ!



Pain à tous les repas et aux goûters pour les villes de : Brou-sur-Chantereine, Choisy-le-Roi et Mitry-Mory

Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas : Brou-sur-Chantereine, Choisy-le-Roi, Cramoisy, Marly-la-Ville, Saint Maximin et Saint-Vaast-lès-Mello