

LE PRODUIT DU MOIS :

Dans la grande famille des agrumes, on trouve l'orange, le citron, la mandarine, la clémentine, le pamplemousse, la bergamote, le cédrat... S'ils n'ont pas tous la même couleur, ils ont en commun la pulpe, les quartiers, la saveur acide, et leur richesse en vitamine C ! Très employés en cuisine, on les utilise aussi beaucoup dans les parfums.

École de



CENAC

MENUS DU MOIS DE



Décembre

2020



Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine du 30.11 au 04.12	<p>Tsatsiki de concombre</p> <p>Poisson blanc sauce tartare</p> <p>Pommes vapeur</p> <p>Yaourt local</p> <p>Biscuit bio</p>	<p>Oeuf mayonnaise</p> <p>Nuggets végétaux</p> <p>Carotte potimarron bio à la ricotta</p> <p>Fromage blanc</p> <p>Clémentine</p>	<p>Croustillant emmental</p> <p>Haut de cuisse de poulet bio</p> <p>Chou vert en garbure</p> <p>Kiri</p> <p>Compote de fruits bio</p>	<p>Velouté de potimarron</p> <p>Escalope de porc au romarin</p> <p>Poêlée de légumes oubliés</p> <p>Fromage bio</p> <p>Cake au citron</p>	<p>Wrap</p> <p>Sauté de dinde au caramel d'agrumes</p> <p>Semoule bio</p> <p>Yaourt nature sucré bio</p> <p>Biscuit bio</p>
Semaine du 07 au 11.12	<p>Potage parmentier</p> <p>Escalope de volaille milanaise</p> <p>Brocolis sautés bio</p> <p>Petit suisse</p> <p>Fruit frais de saison bio</p>	<p>Rosette</p> <p>Daube de bœuf vbf</p> <p>Pâtes bio</p> <p>Fromage bio</p> <p>Pêche natacha</p>	<p>Rillettes de sardines</p> <p>Rougail de saucisse</p> <p>Riz bio</p> <p>Tome blanche</p> <p>Pommes quartiers rôties au miel</p>	<p>Tourin tomate vermicelle</p> <p>Pané fromager</p> <p>Haricots beurre bio</p> <p>Yaourt nature sucré bio</p> <p>Gâteau d'anniversaire</p>	<p>Carottes vinaigrette d'agrumes</p> <p>Parmentier de poisson</p> <p>Salade verte bio</p> <p>Fromage</p> <p>Panacotta et coulis de fruits rouges</p>
Semaine du 14 au 18.12	<p>Salade de pommes de terre tartare</p> <p>Omelette bio au fromage</p> <p>Salade verte bio</p> <p>Fromage bio</p> <p>Riz au lait bio</p>	<p>Terrine de campagne</p> <p>Calamars à la romaine sauce tartare</p> <p>Salsifis et carottes sautés</p> <p>Fromage bio</p> <p>Crème dessert</p>	<p>Potage</p> <p>Sauté de porc aux olives</p> <p>Légumes pot au feu</p> <p>Tartare</p> <p>Gâteau basque</p>	<p>REPAS DE NOËL</p>	<p>Betterave vinaigrette</p> <p>Boulettes de bœuf sauce curry</p> <p>Semoule bio</p> <p>Yaourt aromatisé bio</p> <p>Fruit frais de saison bio</p>

Produit Bio



Repas Végétarien



Préparation maison à base de produits frais



Produit de saison



Produit local

