

**LE PRODUIT DU MOIS :**

Le chou fleur vient du Proche-Orient. Les grecs et les romains en mangeaient déjà mais c'est Louis XV qui le popularise en France, qui est devenu le 3° pays producteur d'Europe, surtout en Bretagne. On le connaît blanc, mais il peut aussi être violet, orange ou vert. C'est un légume d'hiver plein en vitamines et fibres, que l'on peut cuisiner de multiples façons, cru ou cuit.

# École de Cénac


















## MENUS DU MOIS DE



2021



**Bon appétit !**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine du 01 au 05.02	<p>Betteraves vinaigrette</p> <p>Hachis parmentier</p> <p>Salade verte bio</p> <p>Fromage bio</p> <p>Crème caramel</p>  	<p>Potage Dubarry</p> <p>Haut de cuisse de poulet marinés</p> <p>Salsifis à la sauce tomate</p> <p>Petit filou</p> <p>Tarte aux pommes</p> 	<p>Salade fromagère</p> <p>Mijoté de bœuf VBF</p> <p>Frites</p> <p>Yaourt bio</p> <p>Biscuit</p> 	<p>Crêpe au fromage</p> <p>Omelette pommes de terre</p> <p>Piperade</p> <p>Fromage bio</p> <p>Crêpe de la chandeleur</p>   	<p>Wrap de saison</p> <p>Poisson provençale</p> <p>Carottes sautées</p> <p>Yaourt local</p> <p>Fruit frais de saison</p> 
Semaine du 08 au 12.02	vacances		scolaires		
Semaine du 15 au 19.02	vacances		scolaires		
Semaine du 22 au 26.02	<p>Potage de légumes</p> <p>Croq fromage</p> <p>Duo de légumes bio</p> <p>Gouda</p> <p>Crème vanille</p>  	<p>Salade de chou chinois</p> <p>Blanquette de bas carré de veau à la dijonnaise VBF</p> <p>Riz pilaw bio</p> <p>Fromage bio</p> <p>Kiwi</p>  	<p>Friand au fromage</p> <p>Chachouca de merguez</p> <p>Pommes vapeur</p> <p>Petit suisse</p> <p>Salade de fruits</p> 		<p>Tomates vermicelles</p> <p>Tajine de volaille</p> <p>Légumes tajine</p> <p>Yaourt bio</p> <p>Eclair au chocolat</p> 

Produit Bio



Repas Végétarien



Préparation maison à base de produits frais



Produit de saison



Produit local

