

LE PRODUIT DU MOIS :
S'il existe des milliers de variété de pommes, on en cultive une trentaine rien qu'en France (gala, golden, braeburn, fuji...). C'est d'ailleurs le fruit que nous consommons le plus, cru ou cuit. Apportant peu de calories, elle est riche en vitamine et minéraux, c'est une amie de notre santé!



École de Cénac


MENUS DU MOIS DE















2021



Bon appétit !

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|------------------------|--|---|---|---|---|
| Semaine du 01 au 05.03 | Endives au gouda Longe de porc jus au romarin Poêlée de légumes Yaourt aux fruits Gâteau aux amandes | Salade de pâtes Émincé de bœuf VBF aux échalottes Brocolis Emmental Fruit de saison | Cervelas sauce cornichons Escalope de volaille au cheddar Petits pois à la Française Plateau de fromages Salade de fruits | Soupe de tomate Tortillas frites Camembert Crème vanille | Mousse de foie Poisson Rôti crème de poireaux Riz Petit suisse sucré Pomme cuite au caramel |
| Semaine du 08 au 12.03 | Croustillant emmental Steak haché de veau VBF Haricots verts Yaourt aromatisé Fruit de saison | Carottes râpées (madras) Pâsta al radichio e formagio Mimolette Panacotta au coulis de fruit | Surimi mayonnaise Boulettes d'agneau aux fruits secs Cœur de blé Plateau de fromages Poire chocolat chantilly | Menu des enfants  | Potage de légumes Echine de porc vallée d'auge Purée maison Yaourt sucrés Brownie |
| Semaine du 15 au 19.03 | Potage de légumes Macaroni BIO au saumon Fromage blanc au miel Biscuit | Toast camembert rôti Daube de bœuf VBF Carottes persillade Tome grise Fruit de saison | Rapée de chou blanc et pommes à curry Chipolatas Purée de pois cassés Plateau de fromages Banane chocolat | Coleslaw Filet de dinde braisé Haricots palette Yaourt aux fruits Crumble aux pommes | Saucisson sec Omelette aux herbes Pommes sautées Jeune cantal Fruit de saison |
| Semaine du 22 au 26.03 | Pâté de campagne Poulet rôti Gratin de chou fleur Gouda Liégeois | Salade worldoff Gnocchi Poêlés sauce fromage Petit Filou Cannelé | Potage de légumes Cordon bleu Tortis Plateau de fromages Fruit de saison | Pomme de terre tartare Poisson du marché Épinards béchamel Saint Paulin Yaourt local | Macédoine de légumes Petit salé Lentilles Duo de fromage frais et brunoise de pommes |
| | Produit Bio | Repas Végétarien | Préparation maison à base de produits frais | Produit de saison | Produit local |














INFORMATION SUR LES 14 ALLERGENES

| Semaine du 01 au 05.03 | |  Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) |  Lait |  Oeufs |  Arachides |  Soja |  Moutarde |  Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, Noix de : cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) |  Céleri |  Graines de sésame |  Poissons |  Crustacés |  Mollusques |  Lupin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO ₂) | |
|------------------------|-----------------------------------|--|---|--|---|---|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
| lundi | Endives au gouda | | X | | | | X | | | | | | | | | |
| | Longe de porc jus au romarin | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Poêlée de légumes | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Yaourt aux fruits | | X | | | | | | | | | | | | | |
| mardi | Gâteau aux amandes | X | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | Salade de pâtes | X | | X | | | | | | | | | | | | |
| | Émincé de bœuf VBF aux échalottes | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Brocolis | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Emmental | | X | | | | | | | | | | | | | |
| mercredi | Fruit de saison | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Cervelas sauce cornichons | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Escalope de volaille au cheddar | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Petits pois à la Française | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Plateau de fromages | | X | | | | | | | | | | | | | |
| jeudi | Salade de fruits | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Soupe de tomate | X | | | | | | | | | | | | | | |
| | Tortillas frites | | | X | | | | | | | | | | | | |
| | Camembert | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Crème vanille | | X | X | | | | | | | | | | | | |
| vendredi | Mousse de foie | X | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | Poisson Rôti crème de poireaux | | | | | | | | | | X | | | | | |
| | Riz | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Petit suisse sucré | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Pomme cuite au caramel | | | | | | | | | | | | | | | |

Les menus peuvent subir des modifications en fonction des approvisionnements

Les repas servis par le restaurant scolaire peuvent contenir d'autres traces d'allergènes non identifiés par nos services. Pour plus d'informations, rapprochez vous du chef














INFORMATION SUR LES 14 ALLERGENES

| Semaine du 08 au 12.03 | |  Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) |  Lait |  Oeufs |  Arachides |  Soja |  Moutarde |  Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, Noix de : cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) |  Céleri |  Graines de sésame |  Poissons |  Crustacés |  Mollusques |  Lupin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO2) | |
|------------------------|------------------------------------|--|---|--|---|---|---|--|---|--|---|--|---|--|--|--|
| lundi | Croustillant emmental | X | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | Steak haché de veau VBF | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Haricots verts | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Yaourt aromatisé | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Fruit de saison | | | | | | | | | | | | | | | |
| mardi | Carottes râpées (madras) | | | | | | X | | | | | | | | | |
| | Pâta al radichio e formagio | X | X | | | | | | | | | | | | | |
| | 0 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Mimolette | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Panacotta au coulis de fruit | | X | | | | | | | | | | | | | |
| mercredi | Surimi mayonnaise | | | X | | | | | | | | | | | | |
| | Boulettes d'agneau aux fruits secs | X | | | | X | | X | | | | | | | | |
| | Cœur de blé | X | | | | | | | | | | | | | | |
| | Plateau de fromages | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Poire chocolat chantilly | | X | | | | | | | | | | | | | |
| jeudi | Menu des enfants | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 0 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 0 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 0 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 0 | | | | | | | | | | | | | | | |
| vendredi | Potage de légumes | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Echine de porc vallée d'auge | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Purée maison | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Yaourt sucrés | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Brownie | X | X | X | | | | X | | | | | | | | |

Les menus peuvent subir des modifications en fonction des approvisionnements

Les repas servis par le restaurant scolaire peuvent contenir d'autre traces d'allergènes non identifiés par nos services. Pour plus d'informations, rapprochez vous du chef

INFORMATION SUR LES 14 ALLERGENES














| Semaine du 15 au 19.03 | |  Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) |  Lait |  Oeufs |  Arachides |  Soja |  Moutarde |  Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, Noix de : cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) |  Céleri |  Graines de sésame |  Poissons |  Crustacés |  Mollusques |  Lupin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO ₂) | |
|------------------------|-------------------------------------|--|---|--|--|---|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
| lundi | Potage de légumes | | | | | | | | X | | | | | | | |
| | Macaroni BIO au saumon | X | X | | | | | | | | X | | | | | |
| | 0 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Fromage blanc au miel | | X | | | | | | | | | | | | | |
| mardi | Biscuit | X | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | Toast camembert rôti | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Daube de bœuf VBF | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Carottes persillade | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Tome grise | | X | | | | | | | | | | | | | |
| Fruit de saison | | | | | | | | | | | | | | | | |
| mercredi | ée de chou blanc et pommes au curry | | | | | | X | | | | | | | | | |
| | Chipolatas | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Purée de pois cassés | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Plateau de fromages | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Banane chocolat | | X | | | | | | | | | | | | | |
| jeudi | Coleslaw | | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | Filet de dinde braisé | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Haricots palette | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Yaourt aux fruits | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Crumble aux pommes | X | X | | | | | | | | | | | | | |
| vendredi | Saucisson sec | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Omelette aux herbes | | | X | | | | | | | | | | | | |
| | Pommes sautées | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Jeune cantal | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Fruit de saison | | | | | | | | | | | | | | | |

Les menus peuvent subir des modifications en fonction des approvisionnements

Les repas servis par le restaurant scolaire peuvent contenir d'autre traces d'allergènes non identifiés par nos services. Pour plus d'informations, rapprochez vous du chef

INFORMATION SUR LES 14 ALLERGENES

Semaine du 22 au 26.03

| | |  Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) |  Lait |  Oeufs |  Arachides |  Soja |  Moutarde |  Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, Noix de : cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) |  Céleri |  Graines de sésame |  Poissons |  Crustacés |  Mollusques |  Lupin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO ₂) | |
|----------|------------------------|--|---|--|---|---|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
| lundi | Pâté de campagne | X | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Poulet rôti | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gratin de chou fleur | X | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | Gouda | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Liégeois | | X | | | | | | | | | | | | | |
| mardi | Salade warldoff | | | | | | X | | | | | | | | | |
| | Gnocchi Poêlés | X | | | | | | | | | | | | | | |
| | sauce fromage | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Petit Filou | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Cannelé | X | X | X | | | | | | | | | | | | |
| mercredi | Potage de légumes | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Cordon bleu | X | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | Tortis | X | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Plateau de fromages | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Fruit de saison | | | | | | | | | | | | | | | |
| jeudi | Pomme de terre tartare | | | X | | | X | | | | | | | | | |
| | Poisson du marché | | | | | | | | | | X | | | | | |
| | Épinards béchamel | X | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Saint Paulin | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | Yaourt local | | X | | | | | | | | | | | | | |
| vendredi | Macédoine de légumes | | | X | | | X | | | | | | | | | |
| | Petit salé | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Lentilles | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Duo de fromage frais | | X | | | | | | | | | | | | | |
| | et brunoise de pommes | | | | | | | | | | | | | | | |

Les menus peuvent subir des modifications en fonction des approvisionnements

Les repas servis par le restaurant scolaire peuvent contenir d'autre traces d'allergènes non identifiés par nos services. Pour plus d'informations, rapprochez vous du chef