

MENUS DU MOIS DE MARS 2019

(sous réserve d'approvisionnement)



En Mars les légumes et fruits de saison sont :

La pomme

Les épinards

Les carottes

Nous découvrirons :

L'eau à l'état solide

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 04 Au 08 Vacances Zone C	Rosette <i>Cœur de palmier</i> Sauté de boeuf au romarin <i>Dahl de lentilles</i> Spaetzles Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	Endives vinaigrette aux dés de brebis Boulettes de bœuf à la provençale <i>Boulettes de soja à la tomate</i> Spaghettis Crème dessert caramel	Salade de pomme de terre andalouse (tomates, olives et basilic) Beignets de calamars <i>Nuggets de blé</i> Brocolis à la crème Vache picon Fruit de saison	Carottes râpées Rôti de porc au jus <i>Brouillade</i> Petits pois Lou Vachou Yaourt aux fruits	Betteraves vinaigrette Falafel de pois chiches et Ketchup / Purée de potiron Gouda Tarte au cacao
Du 11 Au 15	Mélange harmonie (scarole, chou rouge, maïs) Chili con carné <i>Chili végétarien</i> Riz de Camargue Seillou Liégeois vanille	Pizza Quenelles sauce aurore / Epinards norman Yaourt fermier sucré Fruit de saison	Laitue Rôti de veau <i>Kochary</i> Pommes de terre grenailles Coulommiers à la coupe Mousse au chocolat	Salade de penne parisienne (tomates, maïs, oignons) Escalope de poulet aux herbes <i>Œufs durs</i> Carottes vichy Emmental à la coupe Fruit de saison	Coleslaw Filet de merlu sauce oriental <i>Emincé de soja à la tomate</i> Boulgour Tartare Ananas au sirop
Du 18 Au 22	Taboulé Omelette / Poêlée de légumes Berger de Lozère Fruit de saison	Batavia Saucisse de Toulouse <i>Pennes à la bolognaise de lentilles</i> Lentilles au jus Saint Marcellin à la coupe Navette (Région PACA)	Céleri rémoulade Steak haché au jus <i>Galettes de soja à la provençale</i> Choux fleur à la crème Tomme blanche Beignet aux pommes	Radis râpés Bœuf gardian <i>Râgoût de pois chiches</i> Pommes noisette Fromage blanc nature Gelée de groseille (eau à l'état solide) Acras de morue	Quiche au fromage Filet meunière et citron <i>Nuggets de blé</i> Carottes à l'huile d'olives Rondelé Fruit de saison
Du 25 Au 29	Salade verte Raviolis potimarron et emmental sauce crème Yaourt nature Crème de marrons	Tapenade noire sur toast Cordon bleu <i>Pané de blé et épinards</i> Brocolis à la crème Edam Fruit de saison	Kouki en salade Poulet rôti <i>Boulettes de soja à la tomate</i> Tagliatelles Crème anglaise Madeleine	Braisé de bœuf à l'échalote <i>Tortilla de pommes de terre</i> Haricots verts à l'huile d'olives Cabécou Fruit de saison	Carottes râpées Moqueca de colin (lait de coco) <i>Quenelles sauce provençale</i> Riz de Camargue Camembert à la coupe Compote

* La variante VEGETARIEN vous est indiquée en italique sur le menu

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.



**Produits label
Indication Géographique
Protégée**



**Produits label
Appellation d'origine
contrôlée**



Produits locaux



**Produits label
Agriculture biologique**



**Produits locaux avec label
Sud de France**

Bonjour,

Veillez trouver ci-joint les menus du mois de Mars 2019.

Les animations continuent :

- **Animation pédagogique :**
 - o la découverte de l'eau à l'état solide avec une gelée de groseille
 - o la mise en avant de la région PACA avec une navette à la fleur d'oranger : 1 sachet individuel de 2 biscuits par enfant provenant de la biscuiterie de Lacydon (Aubagne 13)



Bonne réception et bonne lecture !