

menus du lundi 27 septembre au vendredi 01 octobre 2021

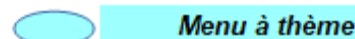
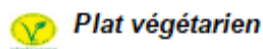
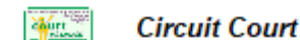
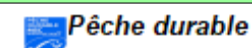
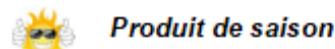
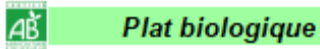
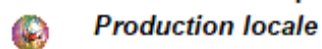
Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)

Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr



Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits	Salade de haricots verts	Radis beurre		Salade Mikado	
		Champignons à la grecque	Tomate vinaigrette		Avocat sauce cocktail	
	Féculents, produits céréaliers					
	Viandes, Poissons et œufs					Tarte au fromage / Tarte à l'oignon
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Saucisse chipolatas	Spaghettis végétal tomatés		Fileté de poisson meunière	Émincé de bœuf au paprika
Accompagnements	Légumes et fruits				Carottes persillées	Jardinière de légumes
					Brocolis à la Romaine	Haricots beurre
	Féculents, produits céréaliers	Purée de pommes de terre				
		Flageolets				
Produits laitiers	Produits laitiers	Saint Nectaire / Yaourt nature sucré / Monboissier	Camembert de Verneuil / Fromage blanc / Sainte Maure de Touraine		Fromage blanc / Yaourt nature sucré	Emmental / Yaourt nature / Gouda
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers					
	Légumes et fruits	Raisin / Pomme	Pêche au coulis de fruits rouges / Abricots à la Menthe			Kiwi / Prunes
	Féculents, produits céréaliers				Gâteau aux Yaourts	
		Pain biologique			Pain biologique	

* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées



menus du lundi 04 au vendredi 08 octobre 2021

Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)

Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr



Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits		Carottes râpées à l'orange		Salade de Tomates	Concombre Bulgare
	Féculeux, produits céréaliers	Riz Sawai / Taboulé	Salade de mâches, emmental et raisins			
	Viandes, Poissons et œufs					Rillettes de porc / Rillettes de thon
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Omelette tomate ciboulette	Palette de porc à la diable		Blanquette de poissons façon bouillabaisse	Rôti de bœuf sauce barbecue
Accompagnements	Légumes et fruits	Purée de potiron			Gratin de chou fleur et pdt	
		Purée de haricots verts			Brocolis et riz	
	Féculeux, produits céréaliers		Lentilles au jus			Torsades paysannes
			Haricots blancs			Écrasée de pdt et ciboulette
Produits laitiers	Produits laitiers	Yaourt aromatisé / Yaourt nature sucré	Bûche de lait / Fromage blanc / Carré de Ligueil		Tomme noire / Yaourt nature / Saint Paulin	Édam / Yaourt brassé / Mimolette
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers					
	Légumes et fruits	Raisin / Orange	Ananas au sirop / Cocktail de fruits au sirop		Tarte chocolat / Tarte aux pommes	Pomme / poire
	Féculeux, produits céréaliers					
		Pain biologique			Pain biologique	

* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées



Production locale



Plat biologique



Produit de saison

Pêche durable



Circuit Court



Plat végétarien



Fait maison



Menu à thème



Égalim

menus du lundi 11 au vendredi 15 octobre 2021

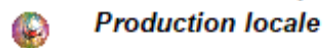
Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)

Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr



Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits	Salade verte, Maïs et emmental	Betteraves et gouda au cumin vinaigrette		Salade Alsacienne	Salade Piémontaise
		Pamplemousse	Rillettes de carottes au curry		Céleri rémoulade	Salade du meunier
	Féculeux, produits céréaliers					
	Viandes, Poissons et œufs					
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Dahl de lentilles et épices	Boulettes de bœuf sauce tomates		Filet de poisson meunière	Sauté de poulet à la sauge
Accompagnements	Légumes et fruits	Riz créole		Les épices et aromates	Ratatouille	Petits pois carottes
					Fondue de poireaux	Haricots verts persillés
	Féculeux, produits céréaliers		Spaghettis			
			Semoule royale			
Produits laitiers	Produits laitiers	Petits Suisses sucrés / Fromage blanc sucré	Cantal / Yaourt aromatisé / Saint Nectaire		Camembert de Verneuil / Yaourt nature sucré / Sainte Maure de Touraine	Gouda / Yaourt nature / Emmental
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers					
	Légumes et fruits	Compote de pommes Val de Loire/ Compotes pommes bananes	Raisin / Ananas		Gâteau poire et amande aux épices douces	Banane / Kiwi
	Féculeux, produits céréaliers					
		Pain biologique			Pain biologique	

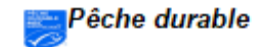
* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées



Plat biologique



Produit de saison



Circuit Court



Plat végétarien



Fait maison



Menu à thème











Égalim

menus du lundi 18 au vendredi 22 octobre 2021

Équilibre alimentaire assuré sur la base d'un plan de 5 semaines (validation systématique par une diététicienne)

Retrouvez les menus du Syndicat Mixte sur le site internet : www.syndicatrestauration37.fr



Plats	Famille d'aliments	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	Légumes et fruits	Salade coleslaw			MENU CANADIEN	Macédoine à la Russe
		Salade mikado			Salade de crevettes parfumée à l'érable	Potage à la tomate
	Féculeux, produits céréaliers					
	Viandes, Poissons et œufs		Feuilleté hot dog / Crêpe jambon emmental			
Plats principaux	Viandes, Poissons et œufs	Raviolis de boeuf	 Filet de lieu au citron		Ragoût de joue de porc	Galette de boulghour et haricots rouges
Accompagnements	Légumes et fruits	Salade verte	Blé créole			Epinards béchamel
			Coquillettes au beurre			Courgettes persillées
	Féculeux, produits céréaliers				 Poutine	
						
Produits laitiers	Produits laitiers	Comté / Yaourt brassé aux fruits / Mimolette	Petit moulé ail et fines herbes / Yaourts aux fruits / Kiri		Yaourt nature sucré / Fromage blanc	Gouda / Yaourt nature / Saint Paulin
Desserts et/ou Desserts lactés	Produits laitiers	Liégeois chocolat / Flan nappé caramel				
	Légumes et fruits		Ananas / Pomme			Kiwi / Poire
	Féculeux, produits céréaliers				Gâteau moelleux aux myrtilles	
		Pain biologique			Pain biologique	

* Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des cours et des arrivages des denrées

