

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

Du 2 au 6 mars 2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Bouillon de légumes et pâtes alphabets	Salade de pommes de terre mimosa Salade de blé, tomate, concombre et poivrons	Chou blanc aux pommes Vinaigrette au cidre	Salade iceberg et oignons frits Salade iceberg et dés d'emmental	Velouté de potiron 
Plat protidique	Sauté de bœuf AUBRAC   Sauce façon bourguignon	Beignet de calamar	Fajitas (haché végétal) et riz 	Omelette  sauce basquaise	Rôti de porc  Jus aux oignons
Sa garniture	Haricots verts au persil	Carottes		Semoule	Farfalles
Produits laitiers au choix	Fromage blanc et sucre Fromage blanc et confiture d'abricots	Mimolette Saint Nectaire AOP	Camembert	Petit Moulé Petit Moulé ail et fines herbes	Tomme grise Montcadi croûte noire
Desserts au choix	Gaufre poudrée	Fruit   Fruit au choix	Flan coco 	Purée pommes  /poires  Purée de pommes  	Fruit Fruit au choix
Goûters			Fruit Pain + chocolat		



Produit Label Rouge



Viande française



Plat végétarien



Produit AGB



Plat du chef



Produit Local

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

Du 9 au 13 Mars 2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Carottes râpées  Salade iceberg Vinaigrette moutarde à l'ancienne 	Salade de mâche et betteraves rouges Chou rouge Vinaigrette à la moutarde	Mousse de canard Et cornichon		***Les Pas Pareille*** Potage de légumes variés 
Plat protidique	Jambon blanc	Boulettes de flageolets  Sauce tomate 	Blanquette de veau 	Découpe de poulet rôti  	Filet de hoki sauce citron persillé
Sa garniture	Purée de céleri	Coquillettes	Riz façon pilaf	Petits pois mijotés	Ratatouille à la niçoise et blé
Produits laitiers au choix	Carré Tomme blanche	Fromage blanc et sucre roux Fromage blanc et miel	Gouda	Yaourt aromatisé Yaourt nature sucré	Vache qui rit Rondelé nature
Desserts au choix	Flan au chocolat Flan à la vanille	Choux à la crème	Fruit	Fruit Fruit au choix	Purée de pomme  et pruneaux 
Goûters			Jus de fruits Gâteau au yaourt 		



Plat du chef



Produit Local

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

sOgeres

Du 16 au 20 Mars 2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Rillette de poisson	Endives et dés de mimolette Endives et croûtons Vinaigrette au miel	Macédoine mayonnaise	***A l'écoute de ma planète*** Houmous de carotte et tortilla	Salade, maïs, haricots mungo aux saveurs asiatiques Pamplemousse et sucre
Plat protidique	Steak haché de bœuf  Sauce cheese'mental	Filet de merlu sauce aurore	Œuf à la coque et pain de mie 	Poulet au jus  (haut de cuisse/pilon)	Sauté de porc  Sauce champignons
Sa garniture	Purée de potiron	Torsades 	Frites au four	Poêlée printanière	Haricots verts à l'ail
Produits laitiers au choix	Montcadi croûte noire Gouda	Saint morêt Fraidou	Saint Nectaire AOP	Pointe de Brie Coulommiers	Petit suisse sucré Petit suisse aromatisé
Desserts au choix	Fruit Fruit au choix	Ile flottante	Fruit 	Fruit 	Brownie mexicain 
Goûters			Purée de fruits  Barre bretonne		



Produit Label Rouge



Viande française



Plat végétarien



Produit AGB



Plat du chef



Produit Local

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

sOgeres

Du 23 au 27 Mars 2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Salade de pommes de terre, surimi et tomates Salade de blé aux petits légumes	Salade verte et noix Salade verte et croûtons Vinaigrette à l'échalote 	Potage à la tomate et vermicelles	***Amuse-bouche : Cake aux pralines roses*** Céleri rémoulade Chou chinois	Potage cultivateur (carotte, pdt, poireau, chou-fleur, h.vert, petit pois) 
Plat protidique	Nugget's de volaille	Pâtes, tomate de ratatouille et lentilles corail 	Sauté de dinde  façon grand-mère (champignons, carottes, crème)	Parmentier de poisson à la purée de courges butternut  	Rôti de bœuf froid 
Sa garniture	Epinards en branches à la béchamel		Pommes de terre persillées		Riz sauce tomate
Produits laitiers au choix	Yaourt à la vanille   Yaourt aromatisé 	Petit cotentin Fraidou	Coulommiers	Cantal AOP Saint Paulin	Fromage blanc et sucre Fromage blanc et confiture de fraises
Desserts au choix	Fruit Fruit au choix	Mousse au chocolat au lait	Cinq quarts aux pommes 	Purée de pommes/poires  Purée de pommes 	Fruit Fruit au choix
Goûters			Fruit Yaourt nature sucré		



Plat du chef



Produit Local

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

sOgeres

Du 30 Mars au 3 avril 2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Salade iceberg <i>Emincé d'endives</i>	Tarte au fromage	Salade fraîcheur de printemps (Salade verte, pomme, céleri, cerfeuil)	***Mission anti-gaspi*** Taboulé	Salade de betteraves rouges <i>Salade de haricots beurre à l'échalote</i>
Plat protidique	Boulettes de mouton sauce façon couscous	Sauté de bœuf   façon cervoise (carottes, jus de pomme, tomate)	Filet de merlu sauce crème	Pizza au fromage 	Emincés de dinde  sauce olive
Sa garniture	Semoule 	Carottes au jus de légumes	Purée de chou-fleur	Salade verte	Penne 
Produits laitiers au choix	Camembert <i>Coulommiers</i>	Petit suisse aromatisé <i>Petit suisse sucré</i>	Fromy	Cantafrais <i>Cantadou ail et fines herbes</i>	Yaourt nature sucré  <i>Yaourt aromatisé</i> 
Desserts au choix	Flan à la vanille <i>Flan au chocolat</i>	Fruit <i>Fruit au choix</i>	Tarte normande 	Marron marrant (fromage blanc et crème de marrons)	Fruit <i>Fruit au choix</i>
Goûters			Fruit Pain + chocolat		



Produit Label Rouge



Viande française



Plat végétarien



Produit AGB



Plat du chef



Produit Local

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

Du 6 au 10 Avril 2020 ~ *Vacances scolaires* ~

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Mortadelle et cornichon	Radis roses beurre demi-sel	Salade iceberg	Macédoine mayonnaise	Carottes râpées Vinaigrette à l'orange
Plat protidique	Filet de colin au four	Pané au gouda 	Découpe de poulet rôti  	Chipolatas  	Gardiane de bœuf AUBRAC  
Sa garniture	Epinards branches en gratin	Courgettes et blé	Potatoes	Lentilles mijotées	Printanière de légumes
Produits laitiers au choix	Montcadi croûte noire	Petit suisse sucré	Pointe de brie	Fromage blanc  et sucre roux	Vache qui rit
Desserts au choix	Fruit	Cocktail de fruits	Chou à la crème	Fruit	Gâteau marbré 
Goûters	Compote Pain + chocolat	Jus de fruits Viennoiserie	Fruit Pain + miel	Purée de fruits  Madeleine	Fruit Pompon



Plat du chef



Produit Local

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

sOgeres

Du 13 au 17 Avril 2020 ~ *Vacances scolaires* ~

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix		Betteraves rouges 	Salade de riz à la thaïlandaise	***Dessert de printemps*** Bâtonnet de légumes sauce pique-nique 	Chou chinois Vinaigrette moutarde
Plat protidique	FERIE	Emincés de porc  sauce cervoise (Jus de pommes, oignons, tomate)	Fondant au fromage de brebis 	Sauté d'agneau  sauce provençale	Filet de lieu sauce nantua
Sa garniture		Duo de carottes	Salade verte	Coquille	Haricots beurre
Produits laitiers au choix		Cantafrais	Yaourt aromatisé	Petit suisse sucré	Gouda
Desserts au choix		Flan vanille nappé caramel	Fruit	Moelleux à la patate douce et noix de coco   (farine <small>AGRICULTURE BIOLOGIQUE</small>) Et sa crème anglaise	Compote de pommes/coings
Goûters		Fruit Gâteau fourré à la framboise	Compote Pain + fromage	Fruit Barre bretonne	Jus de fruits Pain + chocolat



Produit Label Rouge



Viande française



Plat végétarien



Produit AGB



Plat du chef



Produit Local

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

sOgeres

Du 20 au 24 Avril 2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Betteraves rouges et mimosa Haricots beurre à l'échalote et mimosa	Carottes râpées  Salade verte Vinaigrette tomate 	Boulgour, tomate et poivron	Rillette de poisson	Chou blanc rémoulade Salade de pousse de soja et carottes
Plat protidique	Poisson meunière, citron	Omelette au fromage 	Rôti de veau  au romarin	Bœuf carottes AUBRAC  	Carbonara de dinde
Sa garniture	Purée de pommes de terre ***Amuse-bouche : purée de vitelotte***	Riz tomate	Petits pois mijotés	Haricots verts à la provençale	Torsades 
Produits laitiers au choix	Emmental Gouda	Saint-Paulin Cantal AOP	Tomme grise	Coulommiers Carré	Fraidou Vache qui rit
Desserts au choix	 Fruit Fruit au choix	Beignet chocolat/noisette	Fruit	Fruit Fruit au choix	Clafoutis aux fruits rouges  (farine 
Goûters			Jus de fruits Gâteau marbré 		



Plat du chef



Produit Local

TERRES DES CONFLUENCES Mars & Avril 2020

Menus élémentaires

sOgeres

Menus en gras et italique pour les écoles disposant d'un self avec double choix

Du 27 au 30 Avril 2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Taboulé Salade de blé, tomate, concombre et poivron	Radis roses Beurre demi-sel Feuille de chêne rouge	Œuf dur  mayonnaise	***Les pas pareille*** Carottes râpées  Concombre tsaziki	
Plat protidique	Sauté de porc  sauce champignons	Nugget's de blé 	Jambon de dinde	Pain de viande (bœuf) aux flocons d'avoine , sauce tomate	FERIE
Sa garniture	Epinards à la béchamel	Fusilli et sauce fromage	Flan de courgettes, mozzarella et basilic 	Riz	
Produits laitiers au choix	Petit suisse aromatisé Petit suisse sucré	Mimolette Montcadi croûte noire	Fromage blanc et miel	Petit cotentin Cantadou ail et fines herbes	
Desserts au choix	Fruit  Fruit au choix	Mousse au chocolat au lait	Fruit	Purée de pommes/bananes  Purée de pommes 	
Goûters			Lait grenadine Pain + chocolat		



Produit Label Rouge



Viande française



Plat végétarien



Produit AGB



Plat du chef



Produit Local