



MENUS '4 SAISONS' | DU 12 FÉVRIER 2024 AU 25 FÉVRIER 2024 |

Menu classique

St Gilles - Déjeuner

Du 12 févr. au 18 févr.

Du 19 févr. au 25 févr.

LUNDI

Betteraves **BIO** en salade
Chili végétarien
Riz camarguais
Lou mirabel



Salade de blé à l'orientale
Emincé de porc aux herbes
Choux fleurs persillés
Bûchette mélangée



MARDI

Taboulé
Blanquette de poisson
Carottes fraîches sautées
Beignet aux pommes



Salade de lentilles aux échalotes
Omelette **BIO** du chef
Epinards hachés à la crème
Emmental



MERCREDI

Velouté de légumes du chef
Sauce bolognaise
Pâtes **BIO**
Compote du chef



Salade d'endives
Cordon bleu
Purée de pommes de terre
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Salade de pois chiches à l'italienne
Sauté de boeuf bourguignon
Purée de panais
Fruit **BIO** de saison



Carottes râpées **BIO** au citron
Filet de colin sauce nantua
Haricots verts **BIO** persillés
Gâteau au yaourt du chef



VENDREDI

Chou Blanc Mayonnaise
Sauté de volaille LR au paprika
Boullghour
Fromage blanc nature



Salade de saison
Lasagnes du chef
Flan vanille



La PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

