

MENU DU MOIS DE JUIN 2022

Prévision des menus sous réserve d'approvisionnement.

Menu consultable sur le site Gigondas

<u>LUNDI 30/05</u> Salade chèvre chaud Cordon bleu Pomme de terre nouvelles sautées Nectarine	<u>MARDI 31/05</u> Radis tartare Tomates farcies Haricots Verts Fraises Melba biscuit	<u>JEUDI 2</u> Tomates cœur de bœuf Ciboulette mozzarella Jambon cuit Pâtes bolognaise Ananas / mangue	<u>VENDREDI 3</u> Carottes et radis noir râpés Poisson pané Riz aux petits légumes Yaourt Nature BIO
<u>LUNDI 6</u> PENTECOTE	<u>MARDI 7</u> Velouté de tomates Tranche d'agneau Haricots blancs Salade de fruits	<u>JEUDI 9</u> Trio de salade Veau aux olives vertes et champignons Riz BIO Glace cône vanille	<u>VENDREDI 10</u> Endives/gruyère Beignets de crevettes Carottes persillées Compote de pomme
<u>LUNDI 13</u> Repas végétarien Taboulé Œuf dur Epinards Comté / pastèque	<u>MARDI 14</u> Betteraves mimosa Brochette de viande Gratin de légumes Sorbet aux fruits	<u>JEUDI 16</u> Feuilleté kiri thon Steak Tomate à la provençale Soupe de fruits	<u>VENDREDI 17</u> Gaspacho Coquille de thon Lentilles à la Dijonnaise Fruit BIO
<u>LUNDI 20</u> Repas végétarien Macédoine de légumes Saucisse végétale Gnocchis Pêche	<u>MARDI 21</u> Salade Harmonie (Salade, chou rouge, maïs) Steak haché Pomme de terre sautées Fromage / Abricots	<u>JEUDI 23</u> Salade Estivale (Tomates, poivrons, oignons, cornichons, câpres) Saucisse de Toulouse Purée de pommes de terre Brownies	<u>VENDREDI 24</u> Salade Niçoise Colin Jardinière de légumes Flan
<u>LUNDI 27</u> Salade Andalouse (Salade, tomates, chorizo) Raviolis Bâton vanille	<u>MARDI 28</u> Salade composée (riz, tomates, maïs, cornichons) Poulet rôti Trio de légumes Tarte aux Fruits	<u>JEUDI 30</u> Salade de haricots verts Hachis Parmentier Fruits BIO	<u>VENDREDI 1/07</u> Salade romaine Méli mélo de poisson au curry et lait de coco Riz Fromage blanc / crème de marron

Le pays de provenance de la viande bovine est affiché sur le tableau extérieur de la cantine.

Légumes et fruits crus / légumes et fruits cuits : source de glucides, minéraux, vitamines, fibres.

Viandes, poissons, œufs : source de protéines animales, lipides, fer.

Féculeux, céréales, légumineuses : source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres, fer.

Produits laitiers : source de protéines, calcium, vitamines, lipides, glucides.