

# MENU DU MOIS DE SEPTEMBRE 2021

Prévision des menus sous réserve d'approvisionnement.

Menu consultable sur le site Gigondas.

		<b><u>JEUDI 2</u></b> <i>Salade verte</i> <i>Steak haché</i> <i>Frites</i> <i>Kiri</i> <i>Sorbet aux fruits Bio</i>	<b><u>VENDREDI 3</u></b> <i>Bâtonnet de carotte et concombre / fromage blanc ciboulette</i> <i>Cabillaud sauce Hollandaise</i> <i>Pomme de terre vapeur</i> <i>Melon</i>
<b><u>LUNDI 6</u></b> Repas végétarien <i>Tomates cœur de bœuf</i> <i>Omelette au fromage</i> <i>Haricots verts</i> <i>Nectarine</i>	<b><u>MARDI 7</u></b> <i>Pizza au fromage</i> <i>Jambon cuit</i> <i>Petits pois gourmands</i> <i>Pastèque</i>	<b><u>JEUDI 9</u></b> <i>Oeuf mimosa</i> <i>Saucisse de francfort</i> <i>Lentilles à la dijonnaise</i> <i>Camembert / Raisin</i>	<b><u>VENDREDI 10</u></b> <i>Salade verte, tomates, radis, concombre</i> <i>Poisson pané</i> <i>Carottes persillées</i> <i>Pêche Melba</i>
<b><u>LUNDI 13</u></b> Repas végétarien <i>Avocat</i> <i>Knacki Végétal</i> <i>Tian de légumes</i> <i>Petit suisse / Biscuit</i>	<b><u>MARDI 14</u></b> <i>Tomate farcie à la macédoine de légumes</i> <i>Alouette sans tête</i> <i>Tagliatelles</i> <i>Emmental</i> <i>Compote de pomme</i>	<b><u>JEUDI 16</u></b> <i>Salade Estivale</i> <i>(Tomates, poivrons, oignons, concombre, cornichons, câpres, maïs)</i> <i>Rougail de Saucisses</i> <i>Riz Bio</i> <i>Entremet caramel poire</i>	<b><u>VENDREDI 17</u></b> <i>Soupe de tomates</i> <i>Nuggets de poisson</i> <i>Crique de courgettes</i> <i>Cantal</i> <i>Fruit de saison Bio</i>
<b><u>LUNDI 20</u></b> Repas végétarien <i>Salade composée</i> <i>(Quinoa, tomates, maïs, cornichon, poivron)</i> <i>Raviolis au fromage</i> <i>Sauce tomate</i> <i>Banane</i>	<b><u>MARDI 21</u></b> <i>Taboulé</i> <i>Steak</i> <i>Gratin Dauphinois</i> <i>Magnum</i>	<b><u>JEUDI 23</u></b> <i>Salade verte aux amandes</i> <i>Tomates farcies</i> <i>Pâtes</i> <i>Brie</i> <i>Ananas au sirop</i>	<b><u>VENDREDI 24</u></b> <i>Salade Berrichonne</i> <i>(salade frisée, lardons fumés, amandes effilées, gruyère)</i> <i>Coquille de poisson</i> <i>Petits pois</i> <i>Faisselle / biscuit</i>
<b><u>LUNDI 27</u></b> Repas végétarien <i>Salade de tomates</i> <i>Clafoutis de courgettes au chèvre</i> <i>Ile flottante</i>	<b><u>MARDI 28</u></b> <i>Velouté de concombres</i> <i>Cassoulet</i> <i>Brie / Ananas</i>	<b><u>JEUDI 30</u></b> <i>Salade de haricots verts</i> <i>Hachis Parmentier</i> <i>Fruits BIO</i>	<b><u>VENDREDI 1/07</u></b> <i>Salade romaine</i> <i>Choucroute</i> <i>De la mer</i> <i>Yaourt nature</i>

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.*