









Menus élaborés
par notre
diététicienne

MENUS JANVIER 2021

ECOLES ET CENTRE DE LOISIRS

Semaine du 4 au 8 janvier 2021				
Lundi	Mardi	Mercredi 	Jeudi	Vendredi
Salade de riz BIO au thon et persil 	Betteraves rouges au cerfeuil	Carottes râpées citronnées	Rillettes cornichons	Velouté de poireaux frais d'Ouzilly
Sauté de dinde au curcuma	Nuggets de poulet sauce ketchup	Omelette maison aux pommes de terre	Rôti de veau au thym	Dos de colin sauce hollandaise 
Poêlée de choux fleur BIO 	Petits pois au jus	Epinards à la crème	Haricots verts BIO sautés 	Pâtes de la Fabric d'Alice 
Flan vanille nappé caramel	Edam	Tomme blanche	Fromage blanc fermier sucré de Vicq sur Gartempe 	Chèvre/ Chèvre fermier de Chauvigny 
Compote pomme banane	Clémentine	Frangipane	Poire de Bonnes 	Brioche des Rois maison 
Semaine du 11 au 15 janvier 2021				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi 	Vendredi
Céleri d'Ouzilly rémoulade 	Chou rouge d'Ouzilly ciboulette 	Endives de Maisonneuve au maïs	Haricots verts vinaigrette aux fines herbes	Velouté de légumes 
Rôti de porc à la coriandre	Escalope de dinde au curry	Sauté de bœuf sauce brune	Crêpe au fromage	Brandade de poissons
Poêlée de carottes fraîches d'Ouzilly 	Blé BIO 	Riz BIO aux champignons 	Poêlée de brocolis	(plat complet)
Yaourt aromatisé	Cotentin nature	Saint Paulin	Semoule vanillée au lait entier fermier de Vicq sur Gartempe 	Camembert BIO 
Gâteau sec "Galette St Michel"	Dés de pêches au sirop	Banane	Orange	Eclair chocolat
Semaine du 18 au 22 janvier 2021				
Lundi	Mardi 	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Sardines + petit beurre	Carottes râpées persillées	Taboulé à la menthe fraîche	Salade verte aux dés de jambon et croutons	Chou fleur au paprika
Blanquette de dinde à l'ancienne	Bolognaise aux lentilles de Civaux 	Mitonné de porc BIO au cumin 	Merlu à l'estragon	Steak haché frais fermier grillé d'Availles Limouzine 
Boulgour BIO 	Pâtes fraîches de chez Fiorella 	Haricots beurres très fins sautés	Epinards à la crème 	Pommes rissolées
Cantal	Yaourt fermier sucré de Vicq sur Gartempe 	Petit suisse aromatisé	Chèvre / Chèvre fermier de Chauvigny	Tomme des pyrénées
 Pomme BIO d'Iteuil 	Cocktail de fruits	Dés de poires au sirop	Gâteau moelleux maison aux pépites de chocolat	Kiwi
Semaine du 25 au 29 janvier 2021				
Lundi	Mardi 	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Betteraves rouges ciboulette	Chou blanc d'Ouzilly aux raisins secs 	Macédoine vinaigrette persillée	Velouté de potiron	Duo carottes et céleri d'Ouzilly mayonnaise 
Filet de hoki sauce aurore	Riz BIO 	Pilons de poulet grillés	Tartiflette maison	Mitonné de bœuf à l'origan
Quinoa de Lhommaizé 	Garniture végétarienne cantonnaise (petits pois, omelette, brunoise de légumes)	Haricots blancs BIO 	Salade verte	Poêlée de brocolis
Gouda BIO 	 Petit suisse nature BIO 	Emmental BIO 	Entremet caramel au lait entier fermier de Vicq sur Gartempe 	Brie
Banane	Gâteau sec "Benoitine" 	Clémentine	Poire de Bonnes 	Tarte normande aux pommes

Les viandes bovines sont d'origine française (pour confirmation, se référer à l'affichage donné le jour même du menu)

Produit issu de l'agriculture biologique

Producteurs locaux ("Croquez la Vienne")

Menu végétarien

