MENU AVRIL MAI JUIN JUILLET 2023

SOULIGNE ==

FAIT MAISON

COMMANDE MONINOT
Sophie Laiterie
Vareennes
Commande MAGNIN

Livraison Ferme
Bruyeres

Semaine 1		Lundi 24 avril 2023		Mardi 25 avril 2023		Jeudi 27 avril 2023		Vendredi 28 avril 2023	
	Entrée	<i>cuidités</i>	<i>terrines de légumes en gelée (ex : macédoine)</i>	<i>crudités</i>	<i>salade de lentilles aux oignons</i>	<i>crudités</i>	<i>radis</i>	<i>entrée grasse</i>	<i>crepes au fromage</i>
Plat principal	<i>volailles</i>	<i>roti de dinde</i>			<i>poisson</i>	<i>Filet de poisson meunière</i>	<i>viande de porc</i>	<i>roti de porc</i>	
Garniture	<i>féculent/frit</i>	<i>frite</i>	<i>légumes féculents</i>	<i>tomate farcie provençale (avec boullgour)</i>	<i>féculents</i>	<i>riz</i>	<i>légumes</i>	<i>epinard</i>	
Produits laitiers	<i>laitage < 100 mg</i>	<i>petit suisse nature</i>	<i>fromage > 150 mg</i>	<i>mini roitelet</i>	<i>fromage > 150 mg</i>	<i>comté</i>	<i>laitage > 100 mg</i>	<i>yaourt nature avec confiture</i>	
Dessert	<i>Fruit cuit + 20 g GST</i>	<i>poire au sirop coulis chocolat</i>	<i>Dessert lacté > 100 mg</i>	<i>glace (cône vanille ou chocolat)</i>	<i>Fruit cuit</i>	<i>compote pomme banane</i>	<i>Pâtisserie</i>	<i>Gâteau à la poudre d'amande</i>	

Livraison Moninot

Semaine 2		Lundi 1er mai 2023		Mardi 2 mai 2023		Jeudi 4 mai 2023		Vendredi 5 mai 2023	
	Entrée	<i>cuidités</i>		<i>crudités</i>	<i>celeri remoulade</i>	<i>féculents</i>	<i>salade composé de riz</i>	<i>crudités</i>	<i>concombre en salade</i>
Plat principal	<i>poisson</i>		<i>viande préparation grasse</i>	<i>saucisse</i>		<i>clafoutis de ratatouille</i>	<i>viande non hachée de bœuf</i>	<i>bœuf braisé</i>	
Garniture	<i>légumes</i>		<i>féculents</i>	<i>purée de pomme de terre</i>	<i>légumes</i>		<i>légumes</i>	<i>carottes poêlées</i>	
Produits laitiers	<i>fromage > 150 mg</i>		<i>fromage > 150 mg</i>	<i>vache qui rit</i>	<i>laitage > 100 mg</i>	<i>fromage blanc</i>	<i>fromage > 100 mg</i>	<i>Brie</i>	
Dessert	<i>Fruits</i>		<i>fruit cuit</i>	<i>compote de pomme aromatisée</i>	<i>Fruit cru</i>	<i>Fraises et Chantilly</i>	<i>Dessert lacté</i>	<i>flan vanille</i>	

Livraison MAGNIN

COMMANDE
BRUYERES
COMMANDE
MONINOT

Semaine 3		Lundi 8 mai 2023		Mardi 9 mai 2023		Jeudi 11 mai 2023		Vendredi 12 mai 2023	
	Entrée	<i>cuidités</i>		<i>féculents</i>	<i>terrines de lentilles à la carotte</i>	<i>crudités</i>	<i>salade verte mais poivron</i>	<i>crudités</i>	<i>Radis</i>
Plat principal	<i>volailles</i>		<i>œuf</i>	<i>Oeufs béchamel croûtons</i>	<i>poisson</i>	<i>filet de colin</i>	<i>viande de porc</i>	<i>sauté de porc</i>	
Garniture	<i>féculents</i>		<i>légumes</i>	<i>epinard</i>	<i>féculents légumes</i>	<i>gratin de tomate riz</i>	<i>légumes</i>	<i>haricot vert</i>	
Produits laitiers	<i>fromage > 150 mg</i>		<i>fromage < 100 mg</i>	<i>petit louis coque</i>	<i>fromage > 150 mg</i>	<i>Tome de vache</i>	<i>fromage > 150 mg</i>	<i>emmental</i>	
Dessert	<i>Fruit cuit</i>		<i>Fruit cru</i>	<i>salade de fruits frais</i>	<i>Fruit cru</i>	<i>Kiwi</i>	<i>Dessert sucré > 20g GST</i>	<i>moelleux au chocolat</i>	

WEEK END ASCENSION

Semaine 4		Lundi 15 mai 2023		Mardi 16 mai 2023		Jeudi 18 mai 2023		Vendredi 19 mai 2023	
	Entrée	<i>crudités</i>	<i>Carottes râpées</i>	<i>entrée grasse</i>	<i>rosette</i>	<i>cuidités</i>		<i>crudités</i>	
Plat principal	<i>préparation de viande</i>	<i>hamburger</i>	<i>viande de veau non hachée</i>	<i>filet mignon de veau</i>	<i>viande de bœuf non hachée</i>				
Garniture	<i>féculents/frit</i>	<i>frite</i>	<i>légumes</i>	<i>petit pois carotte</i>	<i>légumes</i>		<i>féculents</i>		

Produits laitiers	laitage > 100 mg	Yaourt aromatisé	Fromage >100 mg	fromage de chèvre	fromage > 150 mg		Fromage >100 mg	
Dessert	fruit cru	Fraises et Chantilly	Pâtisserie >15 % de L	biscuit roulé à la confiture	fruit cru		Fruit cru	

COMMANDE
BRUYERES

Livraison Ferme
Bruyeres

Semaine 5		Lundi 22 mai 2023	Mardi 23 mai 2023	Jeudi 25 mai 2023	Vendredi 26 mai 2023				
	Entrée	crudité	Radis	crudité	Gaspacho de courgettes	crudités	celeri rémoulade	féculents	salade blé surimi
	Plat principal	volailles	roti de dindonneau	œuf	omelette	viande préparation grasse	saucisse	poisson	Filet meunière
	Garniture	légumes	poelée de courgette	féculents	pomme de terre sautée	féculents	gratin de pâte	légumes	poelée haricot vert / haricot beurre
	Produits laitiers	Laitage > 100 mg	Yaourt sucré	fromage > 150 mg	Reblochon	Laitage >100 mg	Yaourt aromatisé	Fromage > 100mg	fromage de chèvre
	Dessert	Fruit cru	ananas	fruit cuit	crumble fruits rouge et pomme	Fruit cru	salade de fruit	Dessert sucré > 20g GST	crêpes

LUNDI PENTECOTE

COMMANDE
MONINOT

Semaine 6		Lundi 29-mai-2023	Mardi 30 mai 2023	Jeudi 1er juin 2023	Vendredi 2 juin 2023			
	Entrée	entrée grasse	crudités	melon	crudités	tomate en salade	crudités	Salade verte pomme noix
	Plat principal	volailles	viande de porc	roti de porc	0	viande non hachée de veau	blanquette de veau	
	Garniture	légumes	féculents	Flageolets	légumes féculents	gratin de quenelle bechamel et poireaux	féculents	Ebly
	Produits laitiers	Fromage < 100mg	Laitage <100mg	petit suisse nature	Fromage > 150 mg	camembert	Laitage > 100 mg	Fromage blanc battu
	Dessert	Dessert lacté > 100 mg	Fruit cru	kiwi	Fruit cuit	compote pomme pruneau	Fruit cru	Fraises et Chantilly

Livraison Ferme
Bruyeres

Livraison Moninot

Semaine 7		Lundi 5-juin-2023	Mardi 6 juin 2023	Jeudi 8 juin 2023	Vendredi 9 juin 2023				
	Entrée	crudités	radis beurre	crudités	gaspacho de tomate	crudités	Concombre	entrée grasse	feuilleté au fromage
	Plat principal	Viande non hachée de bœuf	Bouguignon	œuf	omelette	poisson	gratin de fruit de mer	viande de porc	porc à griller (cotelette / grillade)
	Garniture	légumes	printanière de légumes	légumes féculents	riz cantonnais (riz, pois, omelette)	féculents	ebly	légumes	ratatouille
	Produits laitiers	Fromage > 150mg	comté	fromage > 100mg	Brie	Fromage > 150 mg	camembert	Laitage > 100 mg	yaourt aromatisé
	Dessert	fruit cuit	pomme rotie au four	pâtisserie	cookies	dessert lacté > 100 mg	iles flottante	Fruit cru	Abricots

Livraison MAGNIN

COMMANDE
BRUYERES

Semaine 8		Lundi 12-juin-2023	Mardi 13 juin 2023	Jeudi 15 juin 2023	Vendredi 16 juin 2023				
	Entrée	crudités	gaspacho de courgette	crudités	haricot vert + tomate en salade	crudité	Melon	féculents	taboulé
	Plat principal	volailles	poulet de bresse	Poisson	Brandade de poisson	0	viande préparation grasse	knack	
Garniture	féculent / frit	Frites	féculents	purée pomme de terre	légumes	parmentier de courgette, polenta et lentilles corail	légumes	Petits pois et carottes	

Produits laitiers	Fromage > 150mg	vache qui rit	fromage > 150 mg	babybel	Laitage >100 mg	fromage blanc confiture	Fromage > 100mg	carré frais
Dessert	fruit cru	Nectarine	fruit cuit + 20 g GST	compote de fruits	Fruit cru	Abricots	dessert lacté	flan vanille coulis caramel

Livraison Moninot

Semaine 9		Lundi 19-juin-2023	Mardi 20 juin 2023	Jeudi 22 juin 2023	Vendredi 23 juin 2023			
	Entrée	crudités	concombre en salade	féculets	salade de pomme de terre échalottes	crudités	tomate en salade	entrée grasse
Plat principal	viande de porc	palette à la diable	œuf	0	poisson	filet cabillaud à l'oseille	volailles	roti de dinde
Garniture	féculets	Pâtes	légumes	guiche aux légumes de saison	féculets	riz	légumes	ratatouille
Produits laitiers	Fromage > 150 mg	reblochon	Laitage > 100mg	petit suisse fruit	Fromage > 150 mg	camembert	laitage>100 mg	yaourt avec sucre
Dessert	dessert sucré	Glace cornet	Fruit cru	melon	Fruit cuit	Pommes cuites	dessert sucré > 20 g GST	sablés

Livraison Ferme Bruyeres

Semaine 10		Lundi 26-juin-2023	Mardi 27 juin 2023	Jeudi 29 juin 2023	Vendredi 30 juin 2023			
	Entrée	cuiditée	Betteraves rouges/maïs	crudités	melon	crudités	tomate concombre en salade	entrée grasse
Plat principal	poisson	Saumon			viande de porc	saucisson à cuire	œufs	Oeufs durs béchamel croûtons
Garniture	légumes	Carottes et courgettes	légumes/ féculent	paëlla végétarienne	féculent	pomme de terre vapeur cancoillotte	légumes	Epinards
Produits laitiers	Fromage > 150 mg	Camembert	Laitage > 100mg	fromage blanc confiture	Fromage > 150 mg	portion fromage fondu	fromage > 100 mg	Bûche de chèvre
Dessert	Fruit cru	Cerises	pâtisserie	Tarte à l'abricot	fruit cru	Salade de fraises	dessert sucré > 20 g GST	chouquettes

Pique-Nique offert cantine

Semaine 11		Lundi 3-juil-2023	Mardi 4 juillet 2023	Jeudi 6 juillet 2023	Vendredi 7 juillet 2023			
	Entrée	cuiditée	Macédoine de légumes	crudités	carottes râpées/chou rouge	entrée grasse	Cervelas	entrée grasse
Plat principal	viande de bœuf haché	Steack haché de bœuf			volailles	aiguillettes de poulet à la crème	charcuterie	Jambon Blanc
Garniture	légumes	Ratatouille	légumes/ féculent	spaghetti bolo végétarienne	légumes	Purée de carottes	légumes	Wrap sauce fromage frais salade tomate
Produits laitiers	Fromage > 150 mg	Mini babybel	fromage > 100mg	Kiri	Fromage <100 mg	Petit Louis coque	fromage > 100 mg	Kiri goûter
Dessert	Fruit cru	Salade de fruits frais	fruits cru	Fruits de saison	dessert lacté > 100 mg	Mousse de fruits rouges	dessert sucré > 20 g GST	Glaces