

menu classique mars 2023



Mercredi 1 mars

Salade coleslaw
Rôtis
riz
Flan au chocolat

Jeudi 2 mars végétarien

Taboulé
Omelette
Choux fleur gratiné
Salade de fruits

Vendredi 3 mars

Salade de haricots verts
Brandade de morue
Fruits pochés

Lundi 6 mars

Mini roulé au fromage
Steak de poulet
Petit pois
Salade de fruits exotiques

Mardi 7 mars

Carottes rapées au citron
Saucisse rôtie
Aligot
Pêche au sirop

Mercredi 8 mars

Tomates concombre maïs
Sauté de mouton bio
Boullgour et ses légumes au curry
Flan pâtissier

Jeudi 9 mars végétarien

Salade coeurs de palmier oeuf
Bouchées Mac cheese
Billes de carottes
Compote bio

Vendredi 10 mars

Quiche 3 fromages
Tagliatelles au saumon
Chou romanesco
Pomme barbe à papa

Lundi 13 mars

Betteraves au cumin
sauté de porc
Gnoccis
Pommes

Mardi 14 mars

Pizza fromage bio
Steak haché
Tempura de légumes
Compote

Mercredi 15 mars

Salade de pâtes au thon
Donuts de volaille
Haricots verts et beurre
Flan au chocolat

Jeudi 16 mars végétarien

Panismile compotée de tomates
Stick de fromage
Madeleine de pommes de terre
Fromage blanc

Vendredi 17 mars

Jambon beurre
pavé de lieu frais
Semoule et julienne de légumes
Lingot créole

Lundi 20 mars

Taboulé
Escalope viennoise
Carottes brocolis à la crème
Crème caramel

Mardi 21 mars

Friand fromage
Oeufs mollets
Epinards florentine
Kiwis

Mercredi 22 mars

Salade coleslaw
Cote de porc
blé à la tomate
Compote de pomme

Jeudi 23 mars végétarien

Nems de légumes
Raviolis végé aux fromages
Panacotta aux fruits rouges

Vendredi 24 mars

Macédoine de légumes
Dos de colin sauce citron
Riz madras
Yaourt aromatisé

Lundi 27 mars

Salade piémontaise
Saucisse rôtie
Garniture de céleri
Yaourt aromatisé

Mardi 28 mars

Sardines pain grillé
Cuisse de poulet
Gratin de courgettes
compote

Mercredi 29 mars

Tomates cerises
Croque monsieur
Bâtonnets de carottes
Glace pot

Jeudi 30 mars végétarien

Haricots verts et oeufs vinaigrette
Boulettes de sarrasin
Semoule et ses légumes
Fromage blanc aux fruits

Vendredi 31 mars

Carottes mandarines
Brandade de morue
Salade verte
Cheese cake

ALLERGÈNES CONNUS

- Soja et produits à base de soja
- Traces de céréales contenant du gluten
- Traces d'œufs et produits à base d'œufs
- Traces de lait et produits à base de lait
- Poissons et produits à base de poissons
- Anhydride sulfureux et sulfites
- Traces de fruits à coques
- Traces de céleri et produits à base de céleri
- Traces de moutarde et produits à base de moutarde
- Traces de mollusques et produits à base de mollusques
- Traces de sésame et produits à base de graines de sésame
- Traces d'arachide et de produit à base d'arachide

LE PAIN BIO EST FABRIQUÉ ET FOURNI
PAR LES BOULANGERS DE SAINT-JORY



Compte tenu du marché, le gestionnaire se réserve le droit de modifier les menus, tout en respectant leur équilibre nutritionnel

Viandes : Viandes Occitanes (Montauban)- **Fruits et légumes** : Garonne Fruits (Castelnau d'Estretfonds) - **Poisson, épicerie** : Transgourmet (Castelnau d'Estretfonds) - **Produit BIO** : Proxidelice (Toulouse)- **Volaille** : Blason d'Or (Dordogne)

Goûter : laitage avec fruit ou gâteau individuel ou pain ou pain de mie avec barre chocolaté

RESTAURATION MUNICIPALE

VILLE DE
SAINT-JORY

menu complet sans viande mars 2023



Mercredi 1 mars

Salade coleslaw
omelette
riz
Flan au chocolat

Jeudi 2 mars végétarien

Taboulé
Omelette
Choux fleur gratiné
Salade de fruits

Vendredi 3 mars

Salade de haricots verts
Brandade de morue
Fruits pochés

Lundi 6 mars

Mini roulé au fromage
Galette tomate mozzarella
Petit pois
Salade de fruits exotiques

Mardi 7 mars

Carottes râpées au citron
keftas
Aligot
Pêche au sirop

Mercredi 8 mars

Tomates concombre maïs
Pané fromager
Boullgour et ses légumes au curry
Flan pâtissier

Jeudi 9 mars végétarien

Salade coeurs de palmier oeuf
Bouchées Mac cheese
Billes de carottes
Compote bio

Vendredi 10 mars

Quiche 3 fromages
Tagliatelles au saumon
Chou romanesco
Pomme barbe à papa

Lundi 13 mars

Betteraves au cumin
Samoussa de légumes
Gnoccis
Pommes

Mardi 14 mars

Pizza fromage bio
Saucisse végé
Tempura de légumes
Compote

Mercredi 15 mars

Salade de pâtes au thon
Omelette
Haricots verts et beurre
Flan au chocolat

Jeudi 16 mars végétarien

Panismile compotée de tomates
Stick de fromage
Madeleine de pommes de terre
Fromage blanc

Vendredi 17 mars

Jambon beurre
pavé de lieu frais
Semoule et julienne de légumes
Lingot créole

Lundi 20 mars

Taboulé
samoussa de légumes
Carottes brocolis à la crème
Crème caramel

Mardi 21 mars

Friand fromage
Oeufs mollets
Epinards florentine
Kiwis

Mercredi 22 mars

Salade coleslow
Omelette
blé à la tomate
Compote de pomme

Jeudi 23 mars végétarien

Nems de légumes
Raviolis végé aux fromages
Panacotta aux fruits rouges

Vendredi 24 mars

Macédoine de légumes
Dos de colin sauce citron
Riz madras
Yaourt aromatisé

Lundi 27 mars

Salade piémontaise
carré de seitan
Garniture de céleri
Yaourt aromatisé

Mardi 28 mars

Sardines pain grillé
Omelette
Grafon de courgettes
compote

Mercredi 29 mars

Tomates cerises
Kefitas
Bâtonnets de carottes
Glace pot

Jeudi 30 mars végétarien

Haricots verts et oeufs vinaigrette
Boulettes de sarrasin
Semoule et ses légumes
Fromage blanc aux fruits

Vendredi 31 mars

Carottes mandarines
Brandade de morue
Salade verte
Cheese cake

ALLERGÈNES CONNUS

- Soja et produits à base de soja
- Traces de céréales contenant du gluten
- Traces d'œufs et produits à base d'œufs
- Traces de lait et produits à base de lait
- Poissons et produits à base de poissons
- Anhydride sulfureux et sulfites
- Traces de fruits à coques
- Traces de céleri et produits à base de céleri
- Traces de moutarde et produits à base de moutarde
- Traces de mollusques et produits à base de mollusques
- Traces de sésame et produits à base de graines de sésame
- Traces d'arachide et de produit à base d'arachide

LE PAIN BIO EST FABRIQUÉ ET FOURNI
PAR LES BOULANGERS DE SAINT-JORY



Compte tenu du marché, le gestionnaire se réserve le droit de modifier les menus, tout en respectant leur équilibre nutritionnel

Viandes : Viandes Occitanes (Montauban)- **Fruits et légumes :** Garonne Fruits (Castelnau d'Estretfonds) - **Poisson, épicerie :** Transgourmet (Castelnau d'Estretfonds) - **Produit BIO :** Proxidelice (Toulouse)- **Volaille :** Blason d'Or (Dordogne)

Goûter : laitage avec fruit ou gâteau individuel ou pain ou pain de mie avec barre chocolaté

RESTAURATION MUNICIPALE

VILLE DE
SAINT-JORY