

Menus des écoles du 11 au 29 mars 2019

Semaine n° 11
Du 11 au 15
mars 2019

LUNDI 11	MARDI 12	MERCREDI 13	JEUDI 14	VENDREDI 15
Betteraves rouges** au Bethmale*	Pomelos**	Salade niçoise	Crudité**	Salade coleslaw
Émincé de poulet* à la mexicaine Penne**	Endives* au jambon	Cake** aux olives Salade verte**	Mounjetado* (haricots blancs**)	Pot-au-feu** de poisson Riz basmati**
Fruit**	Pana cotta au coulis	Fruit**	Mousse chocolat	Salade de fruits "exotique"

Semaine n° 12
Du 18 au 22
mars 2019

LUNDI 18	MARDI 19	MERCREDI 20	JEUDI 21	VENDREDI 22
Crudité**	Chou-fleur** vinaigrette	Toast beurre de sardine/salade verte**	Soupe de pois cassés**	Crudité**
Côte de porc* Salsifis au beurre	Lasagne** à la truite** Et aux épinards**	Omelette** nature Brocolis** au beurre	Boeuf* au chou rouge** 4 céréales**	Tartiflette**
Compote pomme**/poire	Fruit**	Cône vanille	Fruit**	Crumble pomme**

Semaine n° 13
Du 25 au 29
mars 2019

LUNDI 25	MARDI 26	MERCREDI 27	JEUDI 28	VENDREDI 29
Crudité**	Panier au thon	Salade verte**	Radis** beurre	Feuilleté fromage
Colin sauce crevettes Spirale multicolore**	Chili con carne* haricots rouges** /riz**	Quiche** au saumon	Pois-chiche** à la catalane*	Sauté de veau** printanier (petit-pois/carottes**/navets**)
Liégeois vanille	Fruit**	Gâteau au chocolat	Crème aux oeufs**	Fruit**

FROMAGE : En règle générale, chaque fois qu'il y a un fruit (cru ou cuit) au dessert, une portion de fromage est fournie ; cependant, si l'entrée et le plat chaud contiennent des produits laitiers (rarement), la règle peut ne pas s'appliquer.

La totalité des fruits et légumes frais sont issus de l'agriculture biologique. Quand l'approvisionnement n'est pas garanti nous appelons l'entrée ou le dessert crus "crudité" ou "fruit". 2 astérisques signifient qu'il s'agit d'un produit bio, un seul astérisque signifie production locale distribuée le plus souvent par la Plateforme Terroirs Ariège Pyrénées. Sauf indication contraire, la viande de bœuf est d'origine française (élevage, abattage, et découpage).

Les menus peuvent être consultés sur le site www.freychede.fr