



MENUS DU LUNDI 31 JANVIER AU VENDREDI 04 FEVRIER 2022



LUNDI

***Œufs mayonnaise**

Steak haché

***Carottes râpées poêlées**

Salade verte

Produit laitier

Fruit de saison

MARDI

Soupe à l'oignon

Paupiette de veau

Pâtes macaroni

Salade verte

Produit laitier

Pomme cuite

JEUDI

Menu végétarien

Velouté de courgettes

A la vache qui rit

Bouchées de blé à la tomate – fromage

Haricots verts

Salade verte

Crêpes au sucre

VENDREDI

Concombre

***Aiguillettes de merlu**

Perles au curry

Salade verte

Produit laitier

Fruit de saison

TOUS LES JOURS : PAIN BIO
(Provenance artisan boulanger local)

*** fromages de chèvre**
(provenance producteur local)

***Légumes bio**
(Provenance producteur local)

Origine viande : Région
« né et élevé » en France
« abattu » en France

Les repas sont validés par Madame Morgane EVEILLE –
Nutritionniste à Courçon

Tous les poissons servis sont labellisés
« pêche durable »



RECETTE

CRÊPES

INGRÉDIENTS

- 300 g de farine
- 3 œufs
- 50 g de beurre
- 60 cl de lait



Chauffer une poêle
La huiler légèrement
Verser une louche de pâte
Cuire d'un côté puis retourner
Cuire ainsi les crêpes une par une

Afin d'éviter le gaspillage alimentaire, des modifications peuvent être apportées selon les livraisons et les effectifs.