







Menu novembre 2019

4	5	6	7	8
<p>soupe de légumes et vermicelles</p> <p> steak-haché de bœuf de Gérone avec des frites</p> <p>salade variée fruits</p> <p>ECO 11</p>	<p>ragoût de légumes à l'oignon</p> <p>ragoût de poulet à la sauce de carotte et couscous complet bio</p> <p>salade variée fruits / fromage</p> <p>ECO 12</p>	<p>chou et pommes de terre</p> <p>filet de porc à la moutarde et aux champignons</p> <p>salade variée fruits</p> <p>ECO 13</p>	<p>pâtes bio avec sauce au fromage et au chou-fleur</p> <p>poisson du jour aux aubergines et à la tomate</p> <p>salade variée fruits</p> <p>ECO 14</p>	<p>lentilles bio aux légumes</p> <p>croquettes d'épinards avec mezclum de laitue</p> <p>yaourt / fruits</p> <p>ECO 15</p>
<p>brocoli et carottes</p> <p>macaronis bio  à la sauce bolognaise</p> <p>salade de crudités fruits / crème au chocola </p> <p>ECO 18</p>	<p>patates douces au four</p> <p>cordons bleus et pomme rôtie</p> <p>salade variée fruits</p> <p>ECO 19</p>	<p>crème de courgettes</p> <p>Steak de bœuf de Gérone avec des haricots blancs bio</p> <p>salade variée fruits</p> <p>ECO 20</p>	<p>riz complet à la ratatouille</p> <p>poisson du jour avec salade de laitue</p> <p>asperges et olives</p> <p>fruits</p> <p>ECO 21</p>	<p>sauté de haricots verts bio</p> <p>omelette aux pommes de terre et oignons</p> <p>salade de chou et de carotte</p> <p>fruits / fromage</p> <p>ECO 22</p>
<p>émincé de légumes sautés</p> <p>rond de boeuf avec des pâtes bio au beurre</p> <p>salade variée fruits</p> <p>ECO 25</p>	<p>crème de poireau</p> <p>dés de poulet avec sauce au curry et riz blanc bio</p> <p>salade variée fruits</p> <p>ECO 26</p>	<p>salade de croutons et de jambon</p> <p>cannellonis à la viande</p> <p>courgettes panées fruits/ fromage</p> <p>ECO 27</p>	<p>gratin dauphinois</p> <p>poisson du jour à la tomate provençale</p> <p>salade variée fruits / gâteau </p> <p>ECO 28</p>	<p>soupe de légumes</p> <p>pizza Margarita et salade de haricots verts</p> <p> fruits / yaourt</p> <p>29 </p>
<p>citrouille au four gratinée</p> <p>gros vermicelles bio avec viande légumes et légumineuses</p> <p>salade aux raisins secs et au fromage fruits / fromage</p>	<p>crème de chou-fleur</p> <p>Rôti de poulet et de pommes de terre</p> <p>salade variée fruits</p>	<p>blettes sautées aux carottes</p> <p>boulettes de viande de bœuf de Gérone avec du couscous intégral bio</p> <p>salade variée fruits</p>	<p>pâtes bio avec des légumes</p> <p>poisson du jour et gratin d'aubergines à la ratatouille</p> <p>salade variée fruits</p>	<p>riz complet à la sauce tomate</p> <p>omelette avec des courgettes cuites au four</p> <p>salade variée fruits / yaourt</p>