



Menu mars 2020



2	3	4	5	6
Haricots verts sautés aux petits pois bio	Crème de brocoli	Blettes sautées aux carottes et aux épices	Spaghetti bio au pesto d'épinards	Riz bio à la sauce tomate
Pizza au jambon et au fromage Carottes et champignons	Poulet rôti Purée de pommes de terre	Ragoût de boeuf de Gérone Haricots blancs sautés	Poisson du jour Gratin de courgettes	Omelette Artichauts sautés
Salade variée	Salade variée	Salade variée	Salade assortie	Salade variée
Fruits	Fruits / yaourt	Fruits	Fruits	Fruits / gâteau
9	10	11	12	13
Soupe aux légumes	Ragoût de légumes à l'oignon	Patate douce et crème de potiron	Pâtes biologiques avec sauce au fromage et au chou-fleur	Lentilles bio aux légumes
Steak haché de boeuf de Gérone	Poulet à la sauce de carottes	Sauté de chou, pomme de terre et petits lardons	Poisson du jour	Croquettes d'épinards et de cèpes
Frites Salade variée	Riz blanc biologique Salade variée	Champignons sautés Salade variée	Aubergines à la tomate Salade variée	Sauté de légumes Salade variée
Fruits / yaourt	Fruits	Fruits / fromage	Fruits	Fruits
16	17	18	19	20
Brocoli aux carottes et oignons	Patate douce et pomme de terre au four	Crème de petits pois bio	Riz complet avec ratatouille	Haricots verts bio et sauté d'oignons et de carottes
Macaroni bio à la sauce bolognaise	Cordons bleus Tomate au four	Steak de boeuf de Gérone	Poisson du jour	Omelette de pomme de terre Salade de chou blanc et rouge et pomme
Salade de crudités	Salade d'asperges et d'olives	Salade variée	Salade variée	
Fruits	Fruits	Fruits	Crème de fruits / chocolat	Fruits / fromage
23	Menu hindu	25	26	27
Pommes de terre frites sauce brava	Riz biryani avec légumes et sauce raita	Pâtes écologiques au beurre	Salade de croûtons et de pomme	Soupe aux légumes bio
Poisson	Poulet au curry	Rond de boeuf Gérone	Hachis parmentier	Pizza margarita
Tomate provençale au four	Couscous intégral écologique style hindou	Ragoût de légumes	Sauté de champignons et de carottes	Ratatouille
Salade variée	Salade indienne	Salade variée		Salade variée
Fruits / fromage	Fruits	Fruits / yaourt	Fruits	Fruits
30	31	1	2	3
Gratin de citrouille	Crème de chou-fleur	bettes sautées à l'oignon et aux carottes	Pâtes écologiques aux légumes	Riz complet avec sauce tomate
Bouillon de vermicelles bio avec de la viande et des légumes	Dinde marinés	Boulettes de viande de Gérone	Poisson du jour	Omelette
Salade au fromage et raisins secs	Pomme de terre "caliu" Salade variée	Patate douce au four Salade variée	Ratatouille Salade variée	Ragoût de légumes sauté Salade variée
Fruits	Fruits / yaourt	Fruits	Fruits	Gâteau

