






















ST CHAMAS

MENUS DU MOIS DE NOVEMBRE 2017

(sous réserve d'approvisionnement)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Du 6 au 10 Novembre  La courge  La pomme 	Taboulé Rôti de porc à la moutarde  <i>SS porc : Rôti de dinde au jus</i> Brocolis sautés Brie à la coupe Fruit de saison	Mélange harmonie (batavia, chou rouge, maïs) Bœuf gardian Pommes noisette Fol Epi Compote de pommes	Tarte provençale Poulet rôti Poêlée forestière Edam Fruit de saison	 Carottes râpées Chili végétarien  Pâtes au blé complet Crème anglaise Madeleine	Potage de légumes Poisson pané et citron Purée de panais Pont l'Evêque à la coupe Fruit de saison
Du 13 au 17 Novembre  La courge  La pomme 	Salade verte et dés de fête Financière de veau  Riz de Camargue Mousse au chocolat	Salade de pommes de terre aux crudités Omelette Choux fleur sautés  Laitage Fruit de saison	Céleris râpés Dos de colin sauce tomate Polenta Bleu à la coupe Compote de pommes-bananes	 Moelleux au fromage Nuggets de poulet Epinards en béchamel Munster à la coupe Fruit de saison	Les langues autochtones : CANADA Jus de cranberry Filet de limande  Tagliatelles au potimarron  Pan cakes et sirop d'érable
Du 20 au 24 Novembre 	Betteraves vinaigrette Couscous de poulet et ses légumes Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	 Carottes râpées Lasagnes  à la bolognaise Rondelé Flan à la vanille	Salade de pâtes à la tapenade Tranche de bœuf braisé Petits pois Emmental à la coupe Fruit de saison	Salade d'endives Tartiflette  au reblochon Fromage blanc nature et confiture	Salade de riz Dos de colin à l'échalote Haricots verts persillés Cantafrais Fruit de saison
Du 27 Novembre au 01 Décembre 	Mélange fraîcheur (batavia, carottes, maïs) Jambon blanc <i>SS Porc : Jambon de dinde</i> Lentilles blondes aux épices Coulommiers à la coupe Yaourt aromatisé	Pizza au fromage Moqueca de poisson Purée de courges St Marcellin à la coupe Fruit de saison	Potage de légumes Sauté de dinde à la dijonnaise Frites Croc'lait Crème dessert pralinée	Pamplemousse Bœuf aux olives Pommes de terre vapeur  Fromage Fruit de saison	Salade verte et dés d'emmental Galette de soja à la provençale Carottes sautées  Moelleux aux pommes

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.



Pâtisseries et plats complets faits "maison"



Nos menus respectent la saisonnalité des fruits et légumes frais



Produits issus de l'Agriculture Biologique



100% de nos fruits sont locaux (<160 km) (excepté les fruits exotiques et agrumes)

En Novembre, ils sont de saison...

Le panais



La courge



La pomme



Le CANADA sera à l'honneur !!!

