

Novembre

Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus



SIRESCO

	Mardi 2	Mercredi 3	Jeudi 4	Vendredi 5 Menu pirate	Lundi 8	Mardi 9	Mercredi 10	Vendredi 12	Lundi 15	Mardi 16	
Hors d'œuvre	Salade de pommes de terre	Maquereau à la tomate	Soupe de courges	Salade d'avocat, maïs et tomates sauce cocktail	Salade iceberg vinaigrette		Duo de chou et carottes vinaigrette	Taboulé à l'orientale	Betteraves vinaigrette	Lentilles vinaigrette	
Plat principal et garniture	Omelette Petit pois au bouillon	Sauté de bœuf Duo de carottes et pommes de terres	Écrasé de pommes de terre au colin Cœurs de laitue vinaigrette	Poulet Graines de pirate : duo quinoa boulgour	Brandade de morue	Poulet rôti Beignets de courgettes	Blanquette de veau Riz	Cubes de poisson aux graines Haricots verts	Sauté de dinde sauce basquaise Haricots rouges et pommes vapeur	Filet de lieu frais sauce dorée Purée de carottes	
Fromage Laitage	Emmenthal	Yaourt nature	Flan gélifié au chocolat	Fromage coque rouge	Cantal	Fromage blanc	Fromage frais à tartiner	Tome noire des Pyrénées	Édam	Fromage blanc aux fruits	
Dessert	Fruit	Fruit		Coffre du trésor : salade de fruits exotiques et brownie	Purée de pommes	Fruit	Tarte au chocolat	Fruit	Fruit	Fruit	
Goûter	Pain - gelée de groseilles - fruit	Pain - gouda - purée de pommes	Viennoise nature - lait nature - fruit	Barre de céréales - yaourt nature - fruit	Pain - confiture - lait nature	Croissant - fruit	Pain - fruit - confiture de fraises	Pain - fromage à tartiner nature - purée de pomme banane	Petits-beurre - fromage blanc - jus multifruits	Pain - miel - lait nature	
	Mercredi 17	Jeudi 18	Vendredi 19	Lundi 22	Mardi 23	Mercredi 24	Jeudi 25	Vendredi 26	Lundi 29	Mardi 30	Mer. 1 ^{er} déc.
Hors d'œuvre	Salade de mâche vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette	Endives vinaigrette à l'huile de noix	Salade pommes de terre aux olives	Velouté de légumes	Salade mikado	Pomélo	Tartinable aux fines herbes et pain de campagne	Salade iceberg vinaigrette à l'huile d'olive		Taboulé à l'orientale
Plat principal et garniture	Œuf à la coque et baguette Frites	Sauté de bœuf mironton Chou-fleur sauce Mornay	Couscous boulettes merguez Semoule	Escalope de porc forestière ou filet de colin sauce citron Poelée de légumes	Quiche aux poireaux	Filet de poisson frais au pesto Céréales gourmandes	Émincé de bœuf façon carbonade Carottes et pommes de terre	Riz aux haricots rouges gourmands	Sauté de bœuf aux oignons Haricots blancs	Poulet rôti Printanière de légumes	Quenelles nature Trio de fleurettes
Fromage Laitage	Yaourt aromatisé à la vanille	Buche de chèvre	Fromage frais à tartiner	Comté	Fromage frais à tartiner	Mimolette	Saint-paulin	Petit-suisse nature	Camembert	Fromage à tartiner fouetté nature	Fromage blanc nature
Dessert		Riz au lait	Quatre-quarts	Fruit	Banane	Poire conférence	Moelleux au chocolat	Salade de fruits frais	Purée de pommes	Fruit	Fruit
Goûter	Pain - barre de chocolat - fruit	Pain - gelée de groseilles - fruit	Cookie chocolat - lait nature - purée de pommes	Viennoise aux pépites de chocolat - lait nature	Pain - confiture de fraises - fruit	Biscuit moelleux - fromage blanc - purée de pomme fraise	Pain - beurre - fruit	Pain - barre de chocolat - jus d'orange	Quatre-quarts - purée de pommes - lait nature	Pain - confiture de fraises - fromage blanc nature	Pain - barre de chocolat - purée de pomme banane

À l'abordage moussaillons !
Le trésor est dans la cambuse !



Jeudi 11 novembre

- Fruits de saison**
- Clémentine
 - Clémenvilla
 - Kiwi
 - Orange
 - Poire
 - Pomme

La composition complète des menus (ingrédients et allergènes) est disponible en scannant ce qr code >>>



Salade de pommes de terre : pommes de terre, olives, vinaigrette.
Salade mikado : laitue, tomate, concombre, maïs, oignon, vinaigrette.
Taboulé à l'orientale : semoule, tomate, poivrons, pois chiches, huile d'olive, menthe.



Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas les villes de :
Brou-sur-Chantereine, Cramoisy, La Queue-en-Brie, Marly-la-Ville, Saint-Maximin et Saint-Vaast-lès-Mello.

Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger.
 Pain bio **AB** à tous les repas et aux goûters pour les villes de :
Brou-sur-Chantereine, Choisy-le-Roi, La Queue-en-Brie et Mity-Mory.

Décembre

Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus



	Jeudi 2	Vendredi 3 Menu mexicain	Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10	Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16 Repas de Noël
Hors d'œuvre	Carottes râpées vinaigrette	Salade mexicaine	Haricots verts fondants vinaigrette	Velouté de légumes	Chou rouge vinaigrette	Salade de pâtes au maïs	Carottes râpées vinaigrette	Lentilles vinaigrette	Pomélo	Duo haricots rouges et maïs sauce tomate	<p>Menu surprise de Noël</p>
Plat principal et garniture	Mouclade à la crème aux petits légumes Riz	 Enchilada haricots rouges et tortilla de blé	Égrené de soja sauce tomate Céréales méditerranéennes	Croque-monsieur de dinde Salade iceberg vinaigrette	Pot au feu Légumes du pot	Filet de poisson frais concassées tomate huile d'olive Petites fleurettes de chou-fleur	Sauté de porc aux pruneaux d'Agen ou curry de lentilles corail Semoule	Sauté de veau sauce Marengo Jeunes carottes	Filet de lieu sauce crème citron Duo pommes de terre et d'épinards	Riz	
Fromage Laitage	Emmenthal	Fromage type manchego	Brie	Fromage blanc	Emmenthal	Yaourt nature	Mimolette	Yaourt aromatisé aux fruits	Comté	Camembert	
Dessert	Flan nappé caramel	Dés d'ananas au sirop	Fruit		Quatre-quarts	Fruit	Salade de fruits	Fruit	Flan chocolat	Fruit	
Goûter	Pain - beurre - fruit	Pain au lait - fruit - jus d'orange	Petits-beurre - yaourt nature - purée de pomme banane	Pain - confiture de fraises - fruit	Pain - barre de chocolat - fruit	Pain au lait - jus d'orange - purée de pomme banane	Pain - barre de chocolat - yaourt à boire	Pain - barre de chocolat - purée de pomme mangue	Cookie chocolat - yaourt nature - fruit	Pain - beurre - petit-suisse aux fruits	
	Vendredi 17	Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30	Vendredi 31 Repas du Réveillon
Hors d'œuvre	Cœurs de laitue vinaigrette	Macédoine mayonnaise	Salade iceberg aux croûtons vinaigrette	Salade rizzoni	Carottes râpées vinaigrette		Lentilles vinaigrette		Chou rouge vinaigrette	Velouté de légumes	<p>Menu surprise du Réveillon</p>
Plat principal et garniture	Chipolatas ou cubes de poisson aux graines Purée de pois cassés	Poulet sauce cajun Céréales gourmandes	Riz aux amandes Ratatouille	Filet de poisson frais sauce champignons Haricots verts	Boeuf aux haricots rouges Brocolis et pommes de terre	Omelette nature Coquillettes	Sauté de dinde sauce paprika Jardinière de légumes	Couscous boulettes merguez Semoule	Sauté de veau et haricots blancs Carottes	Œuf à la coque et baguette Frites	
Fromage Laitage	Mimolette	Fromage blanc aux fruits	Tome des Pyrénées	Yaourt aromatisé à l'abricot	Brie de Meaux	Saint-paulin	Fromage à tartiner nature	Yaourt aromatisé à la fraise	Cantal	Petit-suisse nature	
Dessert	Purée de pommes	Fruit	Pomme	Fruit	Flan nappé vanille	Salade de fruits	Fruit	Fruit	Semoule au lait	Fruit	
Goûter	Pain au lait - confiture de fraises - fruit	Pain - beurre - yaourt à boire	Pain - gelée de groseilles - jus de raisin	Galettes au beurre - fruit - lait nature	Pain - barre de chocolat - fruit	Barre de céréales - lait nature - fruit	Pain - barre de chocolat - fruit	Pain - crème de marrons - lait nature	Madeleine - petit-suisse nature - fruit	Pain - miel - fruit	

: produit issu de l'agriculture biologique
 : production agricole francilienne ou provenant d'un rayon de moins de 300km

: produit d'indication géographique protégée
 : produit d'appellation d'origine protégée
 : produit label rouge

: produit issu de la démarche bleu blanc cœur
 : œuf ou viande de France
 : produit à haute valeur environnementale

: plat élaboré par nos cuisiniers à partir de produits bruts ou peu transformés

Salade mexicaine : pommes de terre, haricots rouges, tomate, maïs, poivron vert, vinaigrette.
Salade rizzoni : pâtes , basilic, tomate.

Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas les villes de : **Brou-sur-Chantereine, Cramoisy, La Queue-en-Brie, Marly-la-Ville, Saint-Maximin et Saint-Vaast-lès-Mello.**

Pain bio à tous les repas et aux goûters pour les villes de : **Brou-sur-Chantereine, Choisy-le-Roi, La Queue-en-Brie et Mitry-Mory.**