

**Octobre 2020**

*Du 5 au 9 octobre*

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p><b>Salade de riz*</b> Escalope de dinde viennoise Haricots beurre Chèvre à la coupe Poire William rouge</p>	<p>Carottes râpées vinaigrette Emincé de bœuf sauce tomate <b>Semoule*</b>  Yaourt aux fruits mixés</p>	<p>Salade Caesar Poulet label façon tandoori <b>Lentilles*</b>  Raisin Red globe</p>	<p> - <b>Menu végétarien</b> -  Endives vinaigrette Omelette <b>Gratin de brocolis*</b>  Kiri® Eclair au chocolat</p>	<p>Concombres vinaigrette Filet de poisson MSC  sauce aigre douce <b>Quinoa*</b>  <b>Fromage blanc fraise*</b> </p>
Goûter Quatre-quarts et briquette de lait aromatisé	Pain / fromage fondu et salade de fruits	Gaufre poudrée et petit suisse	Pain / confiture, lait et banane	Biscuits fourrés chocolat, lait et clémentine

*Du 12 au 16 octobre*



Graphisme Caroline Prouvost

Goûter

" Une semaine du Goût dans tous les sens ! "				
<p> <b>"Voir"</b> Duo de carottes et maïs Rôti de bœuf et mayonnaise verte Purée de potiron Yaourt saveur fraise et chocolats dragéifiés multicolores</p>	<p> <b>"Entendre"</b> - <b>Menu végétarien</b> -  Nuggets végétariens de soja Petits pois à la française Fromage Pk &amp; Croq' (fromage fondu et gressin) Mille feuilles</p>	<p> <b>"Goûter"</b> Velouté de châtaignes Curry de dinde au lait de coco Frites de patates douces Fromage frais aux noix Raisin blanc</p>	<p> <b>"Sentir"</b> Tarte fromages façon barigoule Filet de poisson MSC  sauce au Boursin® Riz parfumé basmati Ananas</p>	<p> <b>"Toucher"</b> Bâtonnets de crudités sauce cocktail Pilon de poulet rôti Beignets de salsifis Yaourt à boire saveur abricot Madelons aux œufs frais</p>
Pain / pâte à tartiner, lait et raisin noir	Etoile pur beurre, lait et clémentine	Pain / barre de chocolat et jus de fruits	Barre de céréales et petit suisse aromatisé	Pain / beurre, lait et banane
<p><b>Pizza aux légumes*</b> <b>Boulettes de bœuf*</b> sauce napolitaine Duo de carottes jaunes et oranges <b>Saint Paulin*</b> à la coupe Fruit*</p>	<p>Rôti de veau sauce crème <b>Coquillettes*</b>  Cantal AOP  Fruit de saison</p>	<p> - <b>Menu végétarien</b> -  Coleslaw Hachis Parmentier végétarien au soja <b>Yaourt aromatisé fraise*</b> </p>	<p>Salade iceberg Filet de poisson meunière <b>Epinards*</b>  Camembert Brownies</p>	<p>Tomates vinaigrette CARRY de poulet à la noix de coco Riz créole <b>Petit suisse aromatisé*</b> </p>
Palets bretons et crème dessert vanille	Pain / confiture et briquette de lait	Céréales, lait et fruit	Pain / pâte à tartiner, lait et fruit	Brioche pépites de chocolat, lait et fruit
<p>Crêpe aux champignons Navarin d'agneau Printanière de légumes <b>Edam*</b>  Tarte au flan</p>	<p>Salade de pommes terre et tomates Sauté de dinde label sauce moutarde Petits pois - carottes Coulommiers à la coupe Fruit de saison</p>	<p> - <b>Menu végétarien</b> -  <b>Céleris* rémoulade</b> Omelette* <b>Blés tendres* à la tomate*</b> <b>Crème dessert chocolat*</b> </p>	<p>Soupe de légumes Jambon de dinde Courgettes à la béchamel Saint Nectaire AOP  Fruit de saison origine locale </p>	<p>Carottes râpées vinaigrette Filet de poisson MSC  sauce Nantua Pommes Smiles <b>Yaourt aromatisé vanille*</b> </p>
Pain / beurre, lait et fruit	Moelleux au citron et compote fraise	Pain / carré frais et cocktail de fruits	Pain au chocolat et fromage blanc	Pain / barre de chocolat, lait et fruit

*Du 19 au 23 octobre*  
(vacances scolaires)

Goûter

*Du 26 au 30 octobre*  
(vacances scolaires)

Goûter

### Informations produits

- \*Issu de l'Agriculture Biologique
- Appellation d'Origine Protégée
- Indication Géographique Protégée
- Produit Label Rouge
- Viande de bœuf origine France (éleveurs de Normandie)
- Poisson filière pêche durable
- Filière Bleu-Blanc-Cœur
- Fruits de saison locaux, agriculture raisonnée

### Les entrées froides et chaudes

- **Salade Caesar** : feuille de laitue romaine, croûton, crème liquide, parmesan, huile, vinaigre balsamique, moutarde
  - **Coleslaw** : carotte, chou blanc, oignon, sauce cocktail
  - **Céleri rémoulade** : céleri rave, mayonnaise
- Toutes les entrées sont accompagnées de vinaigrette ou d'une mayonnaise maison.
- **Vinaigrette maison** : Huile de tournesol ou huile d'olive vierge selon recette, moutarde, vinaigre, sel.
  - **Mayonnaise** : jaune d'œuf, huile de tournesol, moutarde
  - **Mayonnaise verte** : feuille d'épinard, cerfeuil, persil, jaune d'œuf, huile de tournesol, moutarde
  - **Sauce cocktail** : jaune d'œuf, huile de tournesol, moutarde, ketchup, tomate concentrée

### Les sauces et spécialités

- **Sauce aigre douce** : tomate concentrée, échalote, base aigre douce, fumet de poisson, vinaigre d'alcool, farine, margarine
- **Sauce napolitaine** : courgette, tomate pelée et tomate concentrée, oignon, ail, origan, huile d'olive vierge extra, sucre, fond brun, farine, margarine
- **Sauce ail et fines herbes** : crème fraîche, Boursin® ail et fines herbes, fumet de poisson, farine, margarine
- **Sauce Nantua** : base crustacés à l'armoricaine, tomate concentrée, échalote, huile d'olive vierge extra, fumet de poisson, farine, margarine
- **Nuggets de soja** : protéines de soja, pétales de maïs, huile de tournesol, huile de colza, farine d'avoine, sel, arômes naturels
- **Tarte fromages façon barigoule** : Pâte brisée pur beurre, œuf, crème fraîche, dés d'artichaut, fromage de chèvre, oignon, carotte, mozzarella, emmental, citron.

- Pour des raisons indépendantes de la volonté du SIVURESC, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.
- Le **goûter** est proposé toute l'année sur les écoles maternelles, ainsi que les mercredi et durant les vacances scolaires sur les centres de loisirs élémentaires.
- Un second choix pour l'entrée ou le fromage (mentionné par **ou**) et pour le fruit en dessert (mentionné par **fruits**) est proposé sur les restaurants scolaires équipés de barre de self.
- Une **fiche d'informations consommateurs**, intégrant les mentions obligatoires (*allergènes, valeurs nutritionnelles, origine des viandes*) est disponible sur demande auprès du service restauration de la ville et sur le site internet du SIVURESC.