4B SUD CHARENTE
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Les menus du restaurant scolaire sont en ligne !

Menus restauration scolaire

lundi 20 août 2018	mardi 21 août 2018	mercredi 22 août 2018	jeudi 23 août 2018	vendredi 24 août 2018
Salade de betterave et mâche	Melon	Tomate vinaigrette	Concombre à la menthe	Salade de pâtes
Hachis parmentier	Escalope de dinde viennoise	Tortilla aux légumes	Sauté de veau	Filet de poisson gratiné
-	Epinard béchamel	-	Purée st Germain	carottes au boulgour
Gouda	Chanteneige	Flan au chocolat	Vache qui rit	Camembert
Abricot	Glace	-	Compote pomme banane	Nectarine
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard

lundi 27 août 2018	mardi 28 août 2018	mercredi 29 août 2018	jeudi 30 août 2018	vendredi 31 août 2018
Laitue aux noix	Tomate au basilic	Salade de blé	Melon	Betterave et endive vinaigrette
Cuisse de poulet rôtie	Rôti de porc	Filet de colin pané	beefsteak	Filet de poisson
Frites	Courgette provençale	Carottes à la crème	Haricots verts	Semoule
Flan vanille	Saint paulin	Yaourt sucré	Cantadou	Edam
-	Quatre quart aux pommes	Salade de fruits frais	Crème renversée Biscuit	Pêche
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard

lundi 3 septembre 2018	mardi 4 septembre 2018	mercredi 5 septembre 2018	jeudi 6 septembre 2018	vendredi 7 septembre 2018
alade de haricots blancs ou betterav	Concombre à la menthe ou tomates basilic	Radis en croque au sel	Melon ou pasteque	arotte râpée au maïs ou betteraves
Omelette au fromage	Hachis parmentier	Poulet de barbezieux basquaise	Sauté d'agneau	Quiche au poisson
ıêlée de légumes verts ou salade v	-	Riz	Poireau ou boulgour	Poêlée maraîchère ou salade verte
Yaourt fermier aromatisé	Mimolette	Bonbel	Tomme noire	Gouda
Prune	Fruit cru de saison	Poire	Gâteau au fromage blanc	Gâteau de riz au chocolat
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain Bio*	Pain Bio*

Sous réserve de changements

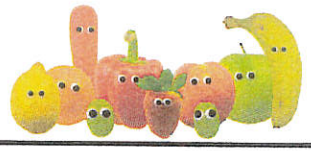
Menus validés par Mme HUC Marie-Line, Diététicienne CENA - Plateforme «Nutrition »

* en fonction du site.

4B SUD CHARENTE
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Les menus du restaurant scolaire sont en ligne !

Menus restauration scolaire



lundi 10 septembre 2018	mardi 11 septembre 2018	mercredi 12 septembre 2018	jeudi 13 septembre 2018	vendredi 14 septembre 2018
Taboulé à la menthe ou concombres	cédoine mayonnaise ou celeri remoulade	Chou rouge aux raisins	son carotte râpés ou tomates	Melon ou tomates
Steak haché	Rôti de porc	Rôti de boeuf	Escalope de dinde	Filet de poisson
ots verts ou carottes persillées	Lentilles ou légumes verts	Petits pois	Gratin dauphinois	Purée ou riz
Tomme blanche	Saint nectaire	Chantaillou	Fromage blanc aux fruits	Comté
Nectarine	Prune	scuit roulé au chocolat	-	Compote de fruits
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain Bio*	Pain Bio*

Menu Automne

lundi 17 septembre 2018	mardi 18 septembre 2018	mercredi 19 septembre 2018	jeudi 20 septembre 2018	vendredi 21 septembre 2018
Salade de riz à l'orientale	salade de saison ou haricots beurre	Carottes râpées	aricots verts en salade ou tomates	Melon
Quiche	Sauté de canard au miel	Jambon braisé	Pot au feu et ses légumes	Filet de poisson
Poêlée campagnarde ou salade verte	inière de légumes ou carottes persil	Pomme boulangère	Pomme de terre	Riz ou ratatouille
Yaourt fermier aromatisé	-	Chanteneige	fromage charentais	Gouda
Fruit cru de saison	Semoule au caramel	Liègeois chocolat	Raisin blanc	Ananas au sirop
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain Bio*	Pain Bio*

lundi 24 septembre 2018	mardi 25 septembre 2018	mercredi 26 septembre 2018	jeudi 27 septembre 2018	vendredi 28 septembre 2018
Salade verte ou tomates	Concombre ou radis	Taboulé à la menthe	de de pomme de terre ou tab	Chou blanc aux raisins ou celeri vinaigrette
Rôti de boeuf	Sauté de porc	Filet de colin meunière	Filet de poulet sauté	Filet de poisson
Frites	tiron & pdt ou haricots verts	Epinard béchamel et riz	tatouille nicoise ou lég verts	Pâtes ou semoule
-	Edam	Camembert	Yaourt sucré	Cantal
Flan au chocolat	Tarte normande	Prune	Raisin blanc	Pomme au four
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain Bio*	Pain Bio*

Sous réserve de changements

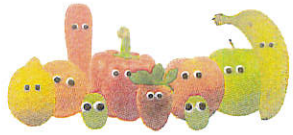
Menus validés par Mme HUC Marie-Line, Diététicienne CENA - Plateforme «Nutrition »

* en fonction du site.

4B SUD CHARENTE
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Les menus du restaurant scolaire sont en ligne !

Menus restauration scolaire



Proposition menu alternatif

lundi 1 octobre 2018	mardi 2 octobre 2018	mercredi 3 octobre 2018	jeudi 4 octobre 2018	vendredi 5 octobre 2018
Betterave huile de sésame	Carotte râpée au citron ou radis	Concombre vinaigrette	Mache et endives ou tomates basilic	Chou-fleur et œuf dur ou betteraves
Gratin dauphinois au jambon ou	Cuisse de canette	Paupiette de veau	Rôti de boeuf	Filet de poisson
Parmentier de lentilles	Petits pois étuvés ou courgettes provencales	Coquillettes au beurre	Haricots beurre persillés ou carottes au curry	Blé ou pdt vapeurs
Fromage blanc	Chanteneige	-	Tomme blanche	Gouda
Raisin blanc et noir	Gâteau de riz	Crème chocolat	Pana cotta coco	Poire
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain Bio*	Pain Bio*

lundi 8 octobre 2018	mardi 9 octobre 2018	mercredi 10 octobre 2018	jeudi 11 octobre 2018	vendredi 12 octobre 2018
Salade de céréales ou crudités	Concombre ou betteraves	Taboulé frais	Oeuf dur mayonnaise ou celeri remoulade	Tomates ou carottes vinaigrette
Escalope de dinde aux épices	Emincé de boeuf	Filet de poisson meunière	Rôti de porc	filet de poisson au beurre
Epinard bechamel ou carottes persillées	Pois cassés ou haricots vert	arottes étuvées et pdt persillées	chou-fleur ou brocolis	Riz créole ou courgettes provencales
Emmental	-	Saint paulin	Fromage blanc	Camembert
Salade de fruits frais	Yaourt aux fruits mixés	Orange	Pomme	Abricots au sirop
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain Bio*	Pain Bio*

Menu alternatif

lundi 15 octobre 2018	mardi 16 octobre 2018	mercredi 17 octobre 2018	jeudi 18 octobre 2018	vendredi 19 octobre 2018
Potage de légumes	ncombre à la menthe ou bettera	Tomate à la crème d'avocat	Crèpe fromage ou crudité	Radis ou carottes rapées
Petit salé aux lentilles ou	Solilesses de dinde sautés	Quiche sans pâte	Sauté de veau au curry	filet de poisson sauce oseille
ou Sauté de Haricots blancs aux petits légumes	Haricots verts	Pommes allumettes	ienne de légumes ou pâtes	riz ou quinoa
Edam	Saint nectaire	Kiri	Yaourt sucré	-
Raisin noir	Cake aux fruits confits	Compote poire banane	Fruit cru de saison	Flan caramel
Pain campagnard	Pain campagnard	Pain campagnard	Pain Bio*	Pain Bio*

Sous réserve de changements

Menus validés par Mme HUC Marie-Line, Diététicienne CENA - Plateforme «Nutrition »

* en fonction du site.