

Menus du 4 au 8 novembre 2024

lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7	vendredi 8
<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves à l'échalote ● Paupiette de veau sauce moutarde à l'ancienne ● Frites ● Mimolette ● Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées vinaigrette balsamique ● Omelette au coulis de tomates ● Haricots beurre à la forestière ● Brie ● Compote de pommes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé aux fruits secs ● Rougail de boudin blanc ● Riz créole ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté Dubarry ● Galette jambon fromage ● Salade, vinaigrette au vinaigre de cidre ● Edam ● Flan nappé au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> ● Cervelas, cornichon ● Retour de pêche à la crème de poireaux ● Macaronis ● Petit suisse sucré ● Fruit de saison

Menus du 11 au 15 novembre 2024

lundi 11	mardi 12	mercredi 13	jeudi 14	vendredi 15
	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade feuille de chêne rouge aux croûtons ● Bœuf aux olives ● Boulgour ● Emmental ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tartine grillée, fromage de chèvre et origan ● Sauté de porc à la coriandre ● Purée de potiron ● Fromage blanc sucré ● Madeleine 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de pommes de terre* ● Poisson meunière sauce citronnée ● Crumble de carottes aux épices douces ● Smoothie au lait fermier ● A la banane 	 <p>À la découverte des capitales!</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Samoussa aux légumes  ● Chou fleur tikka massala ● Riz basmati ● Fromage  ● Crème infusée au thé NEW DELHI

* Pommes de terre, échalotes, ciboulette, vinaigrette.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Viande, poisson, oeuf
- Céréales, légumes secs
- Produit laitier
- Produit sucré
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.



RESTAURANT SCOLAIRE

Ville de Haute-Goulaine



Menus du 18 au 22 novembre 2024

lundi 18	mardi 19	mercredi 20	jeudi 21	vendredi 22
<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves aux pommes ●● Saucisse grillée ●● Lentilles aux dés de carottes et thym ● Cantal ● Yaourt fermier sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de chou rouge mariné ●● Gratin de pommes de terre ● Saumon aneth ● Camembert ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Feuilleté au fromage ● Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes ● Haricots verts à l'ail ● Yaourt fermier aromatisé ● Salade de fruits frais 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Œuf dur mayonnaise ● Semoule aux pois chiches ● Légumes d'automne au bouillon d'épices douces* ● Bûche laitière ●● Crème dessert à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de légumes ●● Fajitas à la mexicaine* ● Salade verte ● Tomme grise ● Fruit de saison

* Potimarron, poireau, rutabaga, oignons

* Concassé de tomates, bœuf haché, haricots rouges, poivrons, oignons, épices chili.

Menus du 25 au 29 novembre 2024

lundi 25	mardi 26	mercredi 27	jeudi 28	vendredi 29
<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade de chou chinois* ●● Calamars à la romaine ●● Riz pilaf aux pt légumes (carotte, fenouil, poireau) ● Mimolette ● Fromage blanc confiture 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Velouté de lentilles corail* ●● Pizza aux 3 fromages** ● Salade, vinaigrette balsamique ● Petit suisse aromatisé ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Macédoine de légumes ● Dos de colin sauce curcuma ● Boulgour ● Fromage ● Compote de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées vinaigrette ● Bœuf bourguignon ●● Frites ● Gouda ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Céleri rémoulade ● Sauté de dinde Vallée d'Auge ●● Blé doré et brocolis ● Coulommiers ●● Gâteau d'anniversaire 

* Chou chinois, épaule, vinaigrette.

* Carottes, lentilles corail, oignons, crème.

** Mozzarella, emmental, cantal.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.

Menus du 2 au 6 décembre 2024

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
<ul style="list-style-type: none"> Velouté de butternut Boulettes d'agneau façon tajine Semoule couscous Saint Paulin Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves aux poires Parmentier de haricots rouges Salade, vinaigrette au Xéres Tomme blanche Pain perdu 	<ul style="list-style-type: none"> Potage crécy Blanquette de veau Macaronis Fromage Yaourt à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Cake au fromage Échine de porc rôtie Petits pois à la française Petit suisse Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Pâté de campagne, cornichon Curry de poisson frais Duo de pommes de terre et navets persillés Emmental Yaourt fermier aromatisé

Menus du 9 au 13 décembre 2024

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
<ul style="list-style-type: none"> Salade coleslaw* Émincé de dinde à l'estragon Riz pilaf Cantal Île flottante 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de boulgour* Gratin de carottes et patates douces Au bœuf Mimolette Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Saucisson à l'ail, cornichon Quiche au thon et poireaux Salade, vinaigrette au vinaigre de cidre Fromage Riz au lait crémeux 	<ul style="list-style-type: none"> Potage de légumes Torsades Crème de potimarron aux lentilles corail Camembert Gâteau d'anniversaire  	<ul style="list-style-type: none"> Chou fleur vinaigrette Tartiflette Salade verte Panna cotta au lait fermier A l'ananas

* Carottes, chou blanc, crème fraîche, vinaigrette.

* Boulgour, olives émincées, maïs, vinaigrette.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.

Menus du 16 au 20 décembre 2024

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade multicolore* ● Poisson pané ● Julienne de légumes**, crème à l'ail ● Emmental ● Yaourt fermier sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de légumes aux pois cassés ● Croque chèvre patate douce ● Salade verte ● Petit suisse aromatisé ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Soupe de tomates vermicelles ● Boulettes de bœuf sauce forestière ● Gratin de pommes de terres aux légumes ● Crème pâtissière ● Aux dés de mangue 	<p style="text-align: center;">Repas de Noël</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Toast de mousson de canard ● Filet de dinde rôti sauce miel aux 4 épices ● Pommes noisettes ● Dessert de Noël ● Clémentine 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade sombrero* ● Jambon grillé à la dijonnaise ● Haricots verts persillés ● Fromage blanc ● Sur lit de compote de fruits
<p>* Tortis multicolores, mais, vinaigrette. ** Carottes, blanc de poireaux, chou blanc.</p>				<p>* Riz, haricots rouges, carottes, vinaigrette.</p>



Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.