



# MENUS DES CANTINES DES ECOLES RPI DE LA COVE.

## PERIODE **AVRIL** – **MAI** 2019



	<b>MARDI 23</b>	<b>JEUDI 25</b>	<b>VENDREDI 26</b>
	Salade composée (quinoa, maïs, olives) Brochette de dinde Gratin de courgettes/PDT Salade de fruits	Salade betteraves, maïs, mimolette Gratin de la mer Poêlée de légumes Gâteau	Salade verte/ mozzarella Sauté de bœuf Pommes noisettes Fruit
<b>LUNDI 29</b>	<b>MARDI 30</b>	<b>JEUDI 02</b>	<b>VENDREDI 03</b>
Radis Échine de porc /oignons rouges Épeautre Petit suisse sucré	Salade de perles/surimi Pavé de saumon Épinard à la crème Fromage & fruit	Salade de choux fleurs Épaule d'agneau Semoule aux raisins Flanby	Rillettes de sardines au fromage frais Croque-monsieur /salade verte Fruit
<b>LUNDI 06</b>	<b>MARDI 07</b>	<b>JEUDI 09 Repas végétarien</b>	<b>VENDREDI 10</b>
Salade de pois chiches Filet de poisson meunière Haricots verts Fromage & Fruit	Salade verte au fromage Saucisses de Toulouse Gratin de courgettes Eclair au chocolat	Concombres vinaigrette Lasagnes de légumes Fromage Glace	Carottes râpées Sauté de poulet au curry Blé Fromage & Fruit
<b>LUNDI 13</b>	<b>MARDI 14</b>	<b>JEUDI 16</b>	<b>VENDREDI 17 Repas végétarien</b>
Salade verte Olivade de dinde Riz Yaourt aromatisé	Salade de tomates et fromage Filet de merlu Brocolis à la crème Brownies	Tarte paysanne Rôti de veau Salsifis Fromage & compote	Salade jardinière (Poisiches, petits pois, pousses épinards) Quinoa aux champignons Fruit
<b>LUNDI 20</b>	<b>MARDI 21 Repas végétarien</b>	<b>JEUDI 23</b>	<b>VENDREDI 24</b>
Salade verte Quenelles de brochets Pâtes tricolores Fromage blanc aromatisé	Salade de fèves Céréales Gourmandes (Mélange céréales, choux de Bruxelles, Carottes, fêta, menthe) Compote	Saucisson & cornichons Sauté de veau Marengo Purée Fromage & Fruit	Salade de crozets + dés de mimolette Saumon en sauce Courgettes Fruit
<b>LUNDI 27</b>	<b>MARDI 28</b>		
Salade de tomates Cœur de Merlu Boullgour safrané Fromage & glace	Betteraves vinaigrette Blanc de poulet Carotte vichy Riz au lait		

Tous les fruits et légumes de ce menu sont issus de l'agriculture biologique  
Menus validés par une diététicienne certifiée