

MENU ECOLE DE ROCHEFORT MONTAGNE - Roulement sur 8 semaines

	Semaine 9	Semaine 10	Semaine 11	Semaine 12	Semaine 13	Semaine 14	Semaine 15	Semaine 16
	Vacances	04/03 au 08/03	11/03 au 15/03	18/03 au 22/03	25/03 au 29/03	01/04 au 05/04	08/04 au 12/04	15/04 au 19/04
Lundi		Salade de lentilles Côtelettes de porc Jardinière de petits pois/carcassonne Yaourt Fruit frais	Soupe de légumes Sauté de dinde Haricots beurre persillade Yaourt Fruit frais	Salade de haricots rouges, maïs, haricots verts Paupiette du pécheu Gratin de potimarron/carotte Fromage Fruit frais	Soupe de pois chiche et légumes Osso bucco de dinde Pâtes Fromage Fruit frais		Poireaux vinaigrette Pâtes bolognaise Yaourt Fruit frais	Salade de pâtes Poisson meunière Fondue de poireaux à la crème Fromage Fruit frais
Mardi		Champignons à la grecque Sauté de veau aux olives Riz Fromage Fruit frais	Taboulé de chou-fleur râpé, nimiolette, raisins secs Rôti de veau Pâtes à la tomate Fromage Mousse au chocolat	Mâche, pomme, cantal Filet mignon sauce champignon Pommes de terre rissolées Chocolat Biscuit	Carotte et céleri râpés Gratin de poisson et moules sauce au curry Riz Fromage Fruit cuit	Kebabs d'agneau Frites Yaourt Fruits frais	Endive/carotte/raisins secs Rosbif Chou-fleur et pommes de terre Fromage Crème dessert	Salade verte Truffade Jambon cru Fruit frais
Mercredi		Burger végétarien Frites Yaourt Fruit frais	Faillété fromage Lasagnes végétariennes Fromage Fruit frais	Poireau vinaigrette mimosa Nuggets blé Pâtes Yaourt Fruit frais	Salade de pommes de terre Steak d'épeautre Ratatouille Yaourt Fruit frais	Céleri pomme Roulé végétal Riz Fromage Fruits cuits	Rillettes de sardine Galette lentilles corail croq végétarien Haricots verts et haricots rouges Fromage Fruit frais	Betteraves Boulettes soja tomate basilic Flageolets Fromage Fruit frais
Jeudi		Chou blanc allumettes Couscous poulet Légumes du couscous Fromage Clafoutis pommes	Avocat/pamplemousse/crabe (ou surimi) Joue de porc Lentilles Gâteau au yaourt amande/citron	Endive, avocat, carotte Poulet rôti Haricots verts Provençale Fromage Crumble pomme myrtille	Thème :	Chou blanc allumettes Emincé de dinde en tajine Légumes de tajine Flan pâtissier aux fruits	Mâche/pomme/betterave Cassoulet Clafoutis poire, abricots secs, raisins secs	Chou blanc et pommes Poulet rôti au citron Ratatouille Fromage Brownies aux noix
Vendredi		Endive/surimi/pamplemousse Saumon sauce crème Gratin épinard et gnocchi Fromage Fruit frais	Carotte /betterave (sauce vinaigrette curry/cumin) Couscous de pois Légumes de couscous Fromage Fruit cuit	Betteraves cuites maïs Poisson du jour Riz cantonais Fromage Fruit frais	Chou rouge pommes Poisson meunière / épinards à la crème Fromage Mousse au chocolat	Carottes râpées et raisin secs Hachis Parmentier de poisson purée de potimarron/pomme de terre Yaourt Chocolat	Céleri rémoulade Curry de poisson Semoule Yaourt Fruit cuit	Salade de chou-fleur Moules Frites Yaourt Fruit frais