



Menu des écoles de **MONS**

septembre 2022



lundi 29 août	mardi 30 août	jeudi 01 septembre	vendredi 02 septembre
<p><u>Potage courgettes</u> Filet de poulet sauce estragon <u>Carottes Vichy</u> Pommes de terre vapeur Pomme</p>	<p><u>Potage brocolis</u> Lasagne <u>épinards</u> & ricotta Fruit</p>	<p><u>Potage poivrons</u> Boulette végété sauce liégeoise <u>Laitue vinaigrette</u> Frites Prune</p>	<p><u>Potage haricots beurre</u> Filet de cabillaud MSC sauce du chef <u>Salade de tomates</u> Purée maison Crème caramel</p>
lundi 05 septembre	mardi 06 septembre	jeudi 08 septembre	vendredi 09 septembre
<p>Minestrone (<u>carotte,haricot, tomate,courgette, chou-fleur,céleri,poireau,navet</u>) Jambon grillé (filet de poulet) sauce miel  Salade de pdt <u>et haricots verts</u> Petit beurre Bio</p>	<p><u>Potage champignons</u> Cordon bleu de volaille Ratatouille niçoise maison (<u>Tomates, courgette, aubergine, oignons, poivrons verts Bio</u>) Coquillettes Poire</p>	<p><u>Potage cerfeuil</u> Couscous végétarien - Falafels Légumes couscous (<u>Pois chiches Bio, carottes, navets, potiron, courgettes</u>) Semoule & bouillon Liégeois vanille</p>	<p><u>Potage céleri-rave</u> Gratin de la mer MSC (colin, cabillaud, saumon) & sa <u>julienne de légumes</u> (carottes-poireaux-céleri) Pommes de terre ciboulette Prune</p>
lundi 12 septembre	mardi 13 septembre	jeudi 15 septembre	vendredi 16 septembre
<p><u>Potage chou-fleur</u> Gyros de bœuf <u>aux poivrons & maïs bio</u> Country potatoes maison Crème chocolat</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Pâtes carbonara Lardinettes de quorn & champignons Pomme</p>	<p>MENU FAR WEST <u>Potage tomate</u> Pain hamburger de bœuf Salade - Frites, mayo/ketchup Pop corn</p>	<p><u>Potage cerfeuil</u> Poisson meunière MSC Poêlée de <u>courgettes</u> Boulgour Bio Yaourt aux fruits</p>
lundi 19 septembre	mardi 20 septembre	jeudi 22 septembre	vendredi 23 septembre
Semaine européenne du développement durable			
<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Vol-au-vent <u>aux champignons</u> Riz Poire locale</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Omelette <u>Haricots beurre</u> Pommes de terre au beurre persillé Pomme locale</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Chipolata de volaille Bio jus de volaille Compote de pommes Pommes de terre Crème vanille locale</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Filet de saumon MSC sauce citron <u>Epinards</u> à la crème Purée maison Banane Bio</p>
lundi 26 septembre	mardi 27 septembre	jeudi 29 septembre	vendredi 30 septembre
Semaine européenne du développement durable			
<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Steak haché de veau Bio jus de veau Rata de pommes de terre <u>aux carottes</u> Fromage belge</p>		<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Penne complètes Bio bolognaise végété (sauce tomate & lentilles Bio) Fromage râpé Yaourt entier nature Bio + sucre</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Filet de lieu sauce fines herbes <u>Laitue vinaigrette</u> Pommes de terre vapeur Kiwi Bio</p>
<p>Produits circuit court/locaux "en gras" QA: Qualité Ardennes en circuit court</p>	<p> Viande de porc Menu végétarien</p>	<p> Poisson issu de la pêche durable Aliments issus d'une agriculture responsable & raisonnée</p>	<p>Menu plaisir des enfants</p>
			Menu à thème

Menu validé par la diététicienne selon les exigences nutritionnelles en vigueur (069/33.24.39 ou fanny.delbar@tournai.be)
La composition de nos menus peut varier d'un jour à l'autre. Pour toute information concernant les allergènes présents dans nos menus, veuillez vous adresser au 0489/74.24.76 (API Restauration)