








Groupe scolaire de **Pérols** - Menus du mois de mars

	lundi 07 mars 	mardi 08 mars	mercredi 09 mars	jeudi 10 mars	vendredi 11 mars
Sem 10					
Hors d'œuvre	Carottes râpées	Salade de pommes de terre	Betteraves cubes vinaigrette	Saucisson à l'ail et cornichon 	Salade mélangée et croûtons
Plat	Lasagnes à la bolognaise végétale	Filet de poulet sauce suprême Salsifis au beurre	Steak haché et ketchup Pommes noisettes	Croquettes de poisson aux trois céréales Ratatouille	Sauté de veau au pesto rosso Gnocchis
Produit laitier	Fromage blanc sucré 	Mimolette	Yaourt aromatisé 	Coulommiers	+ fromage râpé
Dessert	Compote pomme-fraise 	Fruit de saison 	Fruit de saison  Goûter Fromage emballé, pain de mie, compote à boire	Cookie aux pépites de chocolat	Cocktail de fruits du Verger

Les plats servis sont susceptibles de contenir : gluten, crustacés, oeufs, arachides, poisson, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques.

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten).

Le pain servi est élaboré à partir de farine Label Rouge produite au Moulin de Sauret (Montpellier).

Légende et approvisionnements









Préparation contenant de la viande de porc

Aide UE à destination des écoles



Menu végétarien 



	lundi 14 mars	mardi 15 mars	mercredi 16 mars	jeudi 17 mars	vendredi 18 mars
Sem 11					
Hors d'œuvre	Salade de pamplemousse et avocat sauce cocktail	Rillettes de poisson blanc	Radis à la croque et beurre	Salade de pois chiches	Salade de pâtes
Plat	Saucisse de Toulouse  Purée de pois cassés et pommes de terre	Quiche Lorraine  Salade de boulgour et crudités	Boulettes d'agneau sauce curry Semoule	Emincé de poulet sauce fromagère Haricots verts	Omelette aux herbes Gallettes carottes et brocolis
Produit laitier	Comté 	Fromage blanc et sucre	Petit Suisse aux fruits 	Chèvre	Gouda
Dessert	Flan chocolat	Fruit de saison 	Fruit de saison Goûter Verre de lait, madeleine, compote à boire	Eclair au chocolat	Fruit de saison 

Les plats servis sont susceptibles de contenir : gluten, crustacés, oeufs, arachides, poisson, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques.

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten).

Le pain servi est élaboré à partir de farine Label Rouge produite au Moulin de Sauret (Montpellier).

Légende et approvisionnements



Préparation contenant de la viande de porc



Aide UE à destination des écoles



Produits LABEL ROUGE



Produits AOC AOP



Menu végétarien



Sem 12	lundi 21 mars	mardi 22 mars	mercredi 23 mars	jeudi 24 mars	vendredi 25 mars
Hors d'œuvre	Chou blanc râpé aux pommes	 JOURNÉE MONDIALE DE L'EAU	Concombres bulgares	Salade de pommes de terre	Mâche et dés d'emmental
Plat	Filet de poulet Grand-Mère  Pommes vapeur	Œuf dur et crème ciboulette Boulettes sarrasin, lentilles et légumes Tajine de légumes	Blanquette de veau Penne rigate	Fricassée de colin sauce aurore Brocolis	Bœuf bourguignon Riz de Camargue
Produit laitier	Tomme blanche	St Paulin	Flan nappé caramel	Riz au lait	Faisselle et sucre
Dessert	Fruit de saison	Compote pomme-abricot	Biscuits Goûter Carotte à la croque, Cantadou, pain baguette	Fruit de saison	Pomme cuite à la cannelle

Les plats servis sont susceptibles de contenir : gluten, crustacés, oeufs, arachides, poisson, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques.

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten).

Le pain servi est élaboré à partir de farine Label Rouge produite au Moulin de Sauret (Montpellier).

Légende et approvisionnements



Préparation contenant de la viande de porc



Aide UE à destination des écoles



Produits LABEL ROUGE



Produits AOC AOP



Menu végétarien



Groupe scolaire de **Pérols** - Menus du mois de mars

	lundi 28 mars	mardi 29 mars	mercredi 30 mars	jeudi 31 mars	vendredi 01 avril
Sem 13					
Hors d'œuvre	Endives et chèvre	Œuf dur et mayonnaise	Salade de quinoa et crudités	Carottes râpées	Julienne de betteraves
Plat	Pépites de lentilles corail et carottes Blé et petits légumes	Pâtes à la carbonara	Nuggets de poulet Poêlée caponata	Veau marengo Petits pois	Colin au court-bouillon et sauce tartare Potatoes et ketchup
Produit laitier	***	+ parmesan	Yaourt nature et confiture	Camembert	Gouda
Dessert	Purée pomme-banane	Fruit de saison	Fruit de saison Goûter BN, verre de lait, compote à boire	Pain perdu	Fruit de saison

Les plats servis sont susceptibles de contenir : gluten, crustacés, oeufs, arachides, poisson, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques.

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten).

Le pain servi est élaboré à partir de farine Label Rouge produite au Moulin de Sauret (Montpellier).

Légende et approvisionnements






Préparation contenant de la viande de porc

Aide UE à destination des écoles



Menu végétarien



	lundi 04 avril 	mardi 05 avril	mercredi 06 avril	jeudi 07 avril	vendredi 08 avril
Sem 14					
Hors d'œuvre	Feuilleté au fromage	Salade de riz	Concombres bulgares	Salade mélangée et fruits secs	Salade de boulgour
Plat	Tortilla aux pommes de terre Salade verte	Boeuf Lok-Lak Wok de légumes	Fricassée de porc à l'ancienne  Semoule	Escalope de volaille à la crème Macaroni	Filet de poisson meunière Epinards à la béchamel
Produit laitier	Yaourt brassé aux fruits	Fromage blanc et coco râpé 	Crème vanille	St Nectaire 	Gouda
Dessert	Fruit de saison 	Ananas au sirop	Purée pomme-fraise Goûter Fromage emballé, pain baguette, fruit de saison	Fruit de saison 	Tarte pomme-rhubarbe

Les plats servis sont susceptibles de contenir : gluten, crustacés, oeufs, arachides, poisson, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques.

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten).

Le pain servi est élaboré à partir de farine Label Rouge produite au Moulin de Sauret (Montpellier).

Légende et approvisionnements



Préparation contenant de la viande de porc

Aide UE à destination des écoles



Produits LABEL ROUGE





Produits AOC AOP



Menu végétarien 



Groupe scolaire de **Pérols** - Menus du mois d'avril

	lundi 11 avril	mardi 12 avril	mercredi 13 avril	jeudi 14 avril	vendredi 15 avril MENU DE PÂQUES
Sem 15					
Hors d'œuvre	Salade de perles au surimi	Macédoine de légumes	Salade de pommes de terre aux dés de brebis	Carottes râpées	Salade verte aux asperges et maïs
Plat	Aiguillettes de volaille Courgettes sautées	Bœuf-carottes Riz	Omelette maison Blettes à la provençale	Lasagnes à la bolognaise de thon	Gigot d'agneau Flageolets
Produit laitier	Tomme grise	Cantal 	***	Fromage blanc sucré 	Emmental
Dessert	Salade de fruits frais et chantilly	Fruit de saison 	Fruit de saison  Goûter Chocolat à croquer, brioche, yaourt à boire	Compote de pommes 	Roulé au chocolat

Les plats servis sont susceptibles de contenir : gluten, crustacés, oeufs, arachides, poisson, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques.

Toutes les liaisons sont élaborées à la fécule de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten).

Le pain servi est élaboré à partir de farine Label Rouge produite au Moulin de Sauret (Montpellier).

Légende et approvisionnements



Préparation contenant de la viande de porc



Aide UE à destination des écoles



Produits LABEL ROUGE



Produits AOC AOP



Menu végétarien



	lundi 18 avril	mardi 19 avril	mercredi 20 avril	jeudi 21 avril 	vendredi 22 avril
Sem 16					
Hors d'œuvre		Pâté de campagne et cornichon 	Salade de riz niçoise	JOUR DE LA TERRE .FR 	Radis à la croque et beurre
Plat	Férié 	Brandade de poisson	Veau aux olives Poêlée méditerranéenne	Haricots verts en vinaigrette Omelette au fromage Pommes sautées	Poulet Ras el Hanout Semoule et légumes couscous
Produit laitier		Comté 	Liégeois chocolat 	Yaourt local 	Mimolette
Dessert		Fruit de saison 	Biscuits  Goûter Pâte de fruits, pain au lait, fruit de saison	Fruit local 	Purée pomme-ananas

Les plats servis sont susceptibles de contenir : gluten, crustacés, oeufs, arachides, poisson, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin, mollusques.

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten).

Le pain servi est élaboré à partir de farine Label Rouge produite au Moulin de Sauret (Montpellier).

Légende et approvisionnements



Préparation contenant de la viande de porc

Aide UE à destination des écoles

