

- Féculents et céréales
- Produits laitiers
- Légumes ou fruits

- Produits protéiques
- Produits sucrés
- Matières grasses

MENUS BIO 5 composantes du 17 janvier au 11 février 2022

Lizy sur Ourq

Semaine du 17/01 au 21/01/2022

Lundi	Mardi	Mercredi	INDE	Vendredi
Betteraves	Chou rouge		Jeunes pousses d'épinard	Taboulé
Rôti de porc* sauce charcutière	Aiguillettes de poulet sauce rôtie		Samoussa de légumes	Colin d'Alaska napolitaine
Pommes de terre persillées	Haricots verts		Riz BIO lentilles BIO	Printanière de légumes (Petit pois, carotte, pomme de terre)
Chanteneige BIO	Petit suisse BIO + sucre		Vache qui rit	Maasdam BIO
Kiwi	Gaufre flash poudrée		Yaourt à la noix de coco	Banane

Semaine du 24/01 au 28/01/2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Céleri rémoulade	Scarole + dés de cantal AOP		Œuf dur mayonnaise	Crêpe à l'emmental
Coquillettes BIO bolognaise	Emincé de poulet sauce tajine		Couscous végétarien (Boulettes de soja, légumes couscous, sauce)	Poissonnette
	Carottes BIO		Semoule BIO	Chou-fleur BIO
Brie	Fromage frais fruité		Edam	Fromage ail et fines herbes Orange
Crème dessert vanille	Madeleine		Pomme	

Semaine du 31/01 au 04/02/2022

Lundi	Mardi	Mercredi	CHANDELEUR	Vendredi
Carottes râpées	Pizza au fromage		Salade iceberg	Concombre
Chili sin carne (Haricots rouges, maïs, sauce chili)	Filet de nuggets de poulet		Saucisse de Strasbourg*	Beaufilet de hoki poêlé
Potatoes	Panachés de haricots beurre et plats		Petits pois	Torsades BIO
Saint Paulin	Petit suisse BIO + sucre		Hollandette	Cotentin
Purée de pomme BIO	Kiwi		Crêpe BIO + confiture	Yaourt aux fruits mixés

Vacances scolaires Zone B - Semaine du 07/02 au 11/02/2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Vacances scolaires				

