

LE PRODUIT DU MOIS :

Originare d'Amérique du Sud, l'ananas est l'un des fruits exotiques les plus appréciés. Il se consomme en Europe depuis le 16^e siècle, après que Christophe Colomb l'ait ramené en Espagne. On l'utilise dans des recettes sucrées ou salées, cru ou cuit. Si on en trouve toute l'année, la meilleure saison est de décembre à mars. Avec lui, faites le plein de vitamines en hiver!



École de Saint-Sauveur

MENUS DU MOIS DE

Janvier

2021



Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Semaine du 04 au 08.01	Tourin à la tomate Galopin de veau Carottes à la crème Banane	Salade au chèvre vinaigrette au miel Pâtes bolognaise (VBF) Flan au caramel	Potage de courgettes à la crème Escalope de dinde (VF) Petits pois à la française Riz au lait	Carottes et choux blanc râpés Poisson blanc meunière Riz et petits légumes Galette des rois
Semaine du 11 au 15.01	Potage de citrouille Poulet sauce échalotes (VF) Blé Yaourt gourmand	Oeufs mimosa Steak de porc (VPF) Haricots beurre Chaussons aux pommes	Taboulé aux raisins secs Omelette au fromage Salade verte Fruit de saison	Potage de légumes Poisson du jour Riz basmati Fromage blanc
Semaine du 18 au 22.01	Potage de carottes au curry Lasagne à la viande (VBF) Salade verte Crème à la vanille	Chou blanc au gouda Chipolatas (VPF) Lentilles vertes Mousse chocolat	Salade basquaise au jambon cru Poulet basquaise (VF) Pommes rissolées Gâteau basque	Potage de poireaux pommes de terre Calamars à la romaine Brocolis gratinés Fruit de saison
Semaine du 25 au 29.01	Betteraves & oignons rouges Nuggets végétariens Purée de pois cassés Petits suisses	Potage de légumes Emincés de dinde en tajine (VF) Semoule au jus Compote de pommes crumble	Radis noir & carottes Estouffade de boeuf (VBF) Duo de légumes Donut	Velouté de butternut Lasagne au poisson Salade verte Fruit de saison

Produit Bio



Repas Végétarien



Préparation maison à base de produits frais



Produit de saison



Produit local

