

Lundi

Velouté de potiron
Surimi macédoine
Crêpe au jambon*

Steak haché sauce au bleu

Filet de cabillaud
à l'oseille

Pennes / Jeunes carottes

Yaourt aux fruits

Vache qui rit

Fruit de saison

Crème onctueuse vanille

Compote pomme framboise

Mardi

Tomate Mozzarella
Betterave
Poireaux vinaigrette

Petit salé*

Beignets de calamars

Lentilles

Haricots verts

Fromage à la coupe

Yaourt sucré

Fruit de saison

Donuts au sucre

Pruneaux au sirop



C'est la saison du raisin, occasion idéale pour se pencher sur les vertus de ce fruit aux qualités multiples. Qu'il soit noir ou blanc, le raisin est riche en composés antioxydants, en vitamines et en sucres :

C'est l'atout tonus pour l'automne !

Institut Paul Ricœur Collège / Lycée

Jeudi

Riz Niçois
Carottes râpées
Mortadelle*

Couscous

Brochette de poisson pané

Semoule légumes

Duo de courgettes

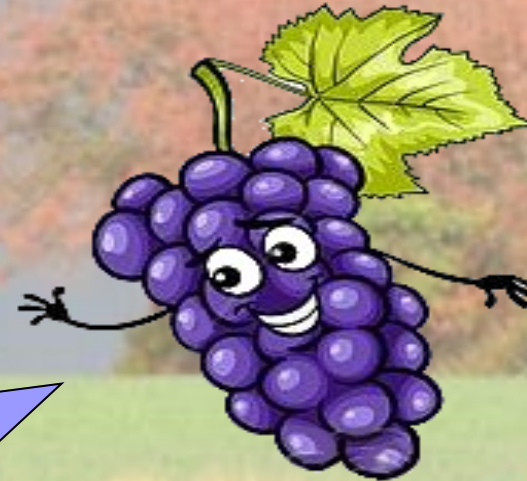
Samos

Yaourt aromatisé

Raisin

Poire aux amandes

J'appartiens à une grande famille, et j'ai de nombreux cousins.
Les blancs : Chasselas, Italia, Danlas, Alphonse Lavallée !
Les noirs : Cardinal, Lival, Muscat de Hambourg, Ribol.
Je pousse sur la vigne, un arbuste à rameaux sarmenteux munis de vrilles. Ma cueillette s'appelle « les vendanges » et elles ont lieu entre mi-août et décembre.
Savez-vous qu'on fait également de l'huile avec mes pépins ?



Semaine du 27 septembre au 1er octobre 2021

Vendredi

Concombre ciboulette
Salade Maraîchère
Cervelas vinaigrette*

Lasagnes au saumon
Salade verte

Fromage à la coupe
Fromage blanc sucré

Fruit de saison
Crêpe au sucre

* à base de porc



Produit de l'Agriculture Biologique



Recette du Chef



Viande origine France

* à base de porc S/P : sans porc