



BRIGNOLES

MENU DU MOIS

Octobre 2020



LUNDI 28/09/2020	MARDI 29/09/2020	MERCREDI 30/09/2020	JEUDI 01/10/2020	VENDREDI 02/10/2020
Œuf dur vinaigrette (3-12) Carentier (mélange légumes et lentilles) (1-2-5-9) Salade verte (12) Laitage (1) / Fruit	Salade de tomates (12) Gigot d'agneau au romarin Petits pois Fromage (1) Fruit	Filet de saumon à l'oseille (4) Petit épeautre et dés de légumes (2) Fromage (1) / Fruit	Salade de Pâtes (2-12) Saucisse de porc Gratin de courgettes Laitage (1)	Salade verte croûtons (12) Encornet à la provençale (4) Blé (2) Fromage (1) Fruit
LUNDI 05/10/2020	MARDI 06/10/2020	MERCREDI 07/10/2020	JEUDI 08/10/2020	VENDREDI 09/10/2020
Mousse de foie de volaille Quenelle de brochet (1-4) Carottes vichy Fromage (1) Fruit	Lentilles (12) Curry de choux fleurs et choux romanesco Boullgour Fromage (1) Salade de fruit à la menthe	Chou chinois en salade et pomme (12) Filet de colin aux aromates (4) Pâtes coquillettes (2) Fromage (1) Fruit	Salade verte (12) Rosbeef Pomme de terre sautées (2) Petit suisse (1) Fruit	Salade de tomates (12) Poulet rôti façon grand-mère Jardinière de légumes Fromage (1) Fruit
LUNDI 12/10/2020	MARDI 13/10/2020	MERCREDI 14/10/2020	JEUDI 15/10/2020	VENDREDI 16/10/2020
SEMAINE DU GOÛT : UNE SEMAINE SOUS LES TROPIQUES				
Carottes râpées citron vert et carambole (12) Mafé de poulet Pomme de terre vapeur Fromage (1) Compote pomme fruits de la passion	Chou chinois graines de sésame (12-13) Emincé de bœuf sauce thaï Poêlée asiatique Dessert lacté noix de coco (1)	Potage de patates douces Omelette persillade (3) Haricots verts Fromage blanc vanille (1) Mangue au sirop	Tomates feta et avocat (1-12) Colombo de poisson (4) Riz basmati Moelleux aux fruits de la passion	Salade verte et accras de morue (4-12) Curry de dinde au lait de coco Semoule parfumée aux épices (2) Ananas
LUNDI 19/10/2020	MARDI 20/10/2020	MERCREDI 21/10/2020	JEUDI 22/10/2020	VENDREDI 25/10/2020
Filet de dinde à la tomate Polenta aux petits pois (2) Fromage (1) Fruit	Carottes et pois chiche au vinaigre balsamique (12) Brocolis et patate douce sauce tomate Riz Fromage (1) / Fruit	Salade verte Filet de cabillaud + citron (4) Flan aux épinards (1-3) Laitage (1) Fruit	Duo de chou blanc carottes et pamplemousse (12) Emincé de porc au basilic Pâtes tortis (2) Fromage (1) Fruit	Endives croûtons Rôti de veau Flageolet Fromage (1) Salade de fruits

Liste des 14 allergènes : règlement européen INCO n°1169/2011

1. Lait / 2. Gluten / 3. Oeuf / 4. Poissons / 5. Sulfites / 6. Fruits à coque / 7. Crustacés / 8. Mollusques / 9. Cèleri / 10. Soja / 11. Arachides / 12. Moutarde / 13. Sésame / 14. Lupin.