

**MENUS VALIDES PAR NOTRE DIETETICIENNE**  
**Cuisine centrale de Léognan - Menus scolaire**  
**Du 28 septembre au 23 octobre 2020**



Semaine 40	lundi 28 septembre 2020	mardi 29 septembre 2020	mercredi 30 septembre 2020	jeudi 1 octobre 2020	Ven 2/10 - MENU VEGETARIEN
<b>Entrée</b>			Pastèque	Concombre montagnard + emmentaler	Betterave au maïs
<b>Plat principal</b>	Emincé de dinde au jus de volaille	Rôti de porc aux olives	Sauté de boeuf bourguignon	Poisson frais du jour	Oeufs brouillés aux fines herbes
<b>Accompagnement</b>	Polenta	Gratin de navets et pommes de terre	Boulogour	Brocolis sautés	Pommes de terre sautées
<b>Produit laitier</b>	Carré de l'Est	Edam	Yaourt aromatisé	<i>produit laitier intégré dans l'entée</i>	entremet vanille
<b>Dessert</b>	Fruit de saison	Fruit de saison		Muffin aux pépites de chocolat	
Semaine 41	lundi 5 octobre 2020	mardi 6 octobre 2020	mercredi 7 octobre 2020	Jeu 8/10 - MENU VEGETARIEN	vendredi 9 octobre 2020
<b>Entrée</b>	Céleri rémoulade + mimolette		Carottes râpées		Crêpe jambon + emmental
<b>Plat principal</b>	Sauté de porc BBC au romarin	Poulet rôti	Filet de hoki meunière	Tartiflette végétarienne	Rôti de boeuf
<b>Accompagnement</b>	Courgettes sautées	Lentilles au jus	Riz à la tomate	Chiffonade de salade	Purée de céleri
<b>Produit laitier</b>	<i>produit laitier intégré dans l'entée</i>	Coulommiers	Ile flottante	Yaourt sucré	<i>produit laitier intégré dans l'entée</i>
<b>Dessert</b>	Madeleine	Fruit de saison		Compote d'abricot	Fruit de saison
Semaine 42	lundi 12 octobre 2020	Mar 13/10 - MENU VEGETARIEN	mercredi 14 octobre 2020	jeudi 15 octobre 2020	vendredi 16 octobre 2020
<b>Entrée</b>		Salade verte + feta	Velouté de légumes	Concombre vinaigrette	
<b>Plat principal</b>	Filet de poisson pané	Omelette aux pommes de terre	Bourguignon	Rougail saucisses	Pintade rôtie
<b>Accompagnement</b>	Epinards béchamel	Jardinière de légumes	Maccaroni au beurre	Quinoa	Chou chinois braisé et patate douce
<b>Produit laitier</b>	Edam	<i>produit laitier intégré dans l'entée</i>	Petits-suisseaux fruits	Crème dessert caramel	babybel
<b>Dessert</b>	Cake marbré	Fruit de saison			Fruit de saison
Semaine 43	lundi 19 octobre 2020	mardi 20 octobre 2020	mercredi 21 octobre 2020	Jeu 22/10 - MENU VEGETARIEN	vendredi 23 octobre 2020
<b>Entrée</b>	Radis roses	Salade d'endives aux noix + tomates		Salade carottes râpée et lentilles	
<b>Plat principal</b>	Blanquette de poisson	Jambon grillé	Paleron de boeuf braisé au jus	galette végétarienne	Paupiette de veau à la Normande
<b>Accompagnement</b>	Purée de carottes et pommes de terre	Tortis tricolores	Pomme vapeur	Crumble de butternut	Fondue de poireaux et blé
<b>Produit laitier</b>	Yaourt velouté aux fruits	<i>produit laitier intégré dans l'entée</i>	Camembert	Petit suisse au sucre	Carré fondu
<b>Dessert</b>		Fruits au sirop	Fruit de saison		Fruit de saison

La cuisine centrale de Léognan s'engage à introduire au moins 50 % de produits issus de l'agriculture bio



**Ces menus ont été modifiés et validés par notre diététicienne selon les exigences nutritionnelles en vigueur**  
**Loi MAP 2010-874 du 27/07/2010, Décret n° 2011-1227 du 30/09/2011 et Loi Egalim du 30/10/2018**

Diététicienne HySeQua : Mathilde LEMBERT - N° ADELI : 169500667

Produit de saison



