

# Menu du RESTAURANT SCOLAIRE

Bonne  
rentrée !!

## SEPTEMBRE 2018



### QUE MANGER EN SEPTEMBRE ?

#### La sardine !

> Poisson pélagique de **20 cm** (des hautes mers) de la famille des clupéidés, appelé sardiné par les Grecs en raison de son abondance en Sardaigne, la sardine se déplace en bancs serrés, de taille souvent impressionnante.

*Petit poisson d'une vingtaine de centimètres, voisin du hareng.*

- > On trouve la sardine fraîche du mois d'avril au mois de novembre.
- > La sardine contient de l'acide eicosapentaénoïque et de l'acide docosahexaénoïque, deux acides gras de la famille des oméga 3, dotés d'effets protecteurs sur le système cardiovasculaire.
- > Elles peuplent les mers tempérées d'Atlantique Nord, de Méditerranée et du Golfe de Gascogne.

|            |                         |                                       |  |                               |
|------------|-------------------------|---------------------------------------|--|-------------------------------|
| Lundi 3    | Salade verte fromagère  | Rentrée des classes lundi 3 septembre | Navarin de porc provençal Flageolets           | Pot de glace vanille chocolat |
| Mardi 4    | Melon/pastèque          |                                       | Poisson du marché beurre blanc Pommes vapeur   | Yaourt sucré *                |
| Mercredi 5 | Radis beurre            |                                       | Sauté de canard à l'orange Tomates provençales | Babybel Beignets              |
| Jeudi 6    | Céleri rémoulade/pommes |                                       | Brin de veau Emmental Pommes noisette          | Fromage Fruit de saison       |
| Vendredi 7 | Crêpes au fromage       |                                       | Boeuf bourguignon Carottes Vichy               | Entremet vanille              |

|             |                    |  |  |                           |
|-------------|--------------------|--|--|---------------------------|
| Lundi 10    | Tomates maïs       |  | Pizza au fromage Salade verte              | Liégeois                  |
| Mardi 11    | Saucisson sec      |  | Poisson du marché sauce américaine Semoule | Camembert Fruit de saison |
| Mercredi 12 | Chou fleur Mimosa  |  | Steack hâché de boeuf Petits pois carottes | Mousse au chocolat        |
| Jeudi 13    | Demi-pamplemousse  |  | Cordon bleu Purée maison                   | Edam Banane               |
| Vendredi 14 | Salade Piémontaise |  | Galettes saucisse Salade verte             | Fromage blanc fermier *   |

|             |                               |  |  |                                |
|-------------|-------------------------------|--|--|--------------------------------|
| Lundi 17    | Betteraves/pousses de soja    |  | Boeuf napolitaine Blé dur                          | Tomme catalane Fruit de saison |
| Mardi 18    | Carottes rapées mimolette     |  | Filet de poisson du marché beurre rouge Riz créole | Brownie                        |
| Mercredi 19 | Toasts à la mousse de sardine |  | Emincé de veau à la crème Haricots verts           | Saint Paulin Compote de pommes |
| Jeudi 20    | Taboulé maison                |  | Rôti de porc aux pruneaux Salsifis à la crème      | Yaourt sucré *                 |
| Vendredi 21 | Tomates mozzarella            |  | Poulet rôti Pommes de terre                        | Ananas au sirop                |

|             |                         |  |  |                      |
|-------------|-------------------------|--|--|----------------------|
| Lundi 24    | Melon                   |  | Flan de dinde Epinards béchamel                  | Semoule bio au lait  |
| Mardi 25    | Pâté de foie cornichons |  | Crumble de poisson Boulgour                      | Edam Kiwi            |
| Mercredi 26 | Oeufs durs mayonnaise   |  | Paupiettes de veau forestière Mélange campagnard | Kiri Pêches au sirop |
| Jeudi 27    | Concombre bulgare       |  | Sauté de porc au curry Pâtes                     | Brie Raisins         |
| Vendredi 28 | Salade verte au thon    |  | Hachis Parmentier                                | Crème Spéculos       |



Filière Bleu Blanc Coeur



Produit local direct producteur



Viande Française

www.ville-noyalsurvilaine.fr



Il est proposé aux enfants en fin de repas 10 à 12cl de lait à boire. Le service se réserve le droit de modifier les menus en cas de difficulté notamment de réapprovisionnement. Origine des viandes bovines : France. Le service de la restauration scolaire se tient à votre disposition pour toute information sur la présence d'allergènes dans les plats proposés.