

LE PRODUIT DU MOIS :

La châtaigne, fruit du chataignier, est consommée depuis des millénaires. La France est le 4° pays producteur en Europe. Très nourrissante, elle est très riche en glucides, et apporte fibres et vitamine B9. Pendant longtemps, sa farine a servi de base pour fabriquer le pain. Il ne faut pas la confondre avec le marron, fruit du marronnier, qui n'est pas comestible!

École de verac

MENUS DU MOIS DE



Novembre

2020



Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Semaine du 02 au 06.11				
Semaine du 09 au 13.11				
Semaine du 16 au 20.11	<p>Soupe de potiron</p> <p>roti de porc a la biere</p> <p>puree de carotte</p> <p>yaourt</p> <p>Muffins (en plaque) aux myrtilles</p>	<p>salade de maïs</p> <p>flamiche au maroille</p> <p>Fromage</p> <p>compote</p>	<p>veloute de chataigne</p> <p>carbonnade flammande</p> <p>coquille</p> <p>bleu</p> <p>tarte au sucre</p>	<p>menu enfants</p>
Semaine du 23 au 27.11	<p>rillettes</p> <p>boulette d agneau façon couscous</p> <p>semoule</p> <p>Pyrénées</p> <p>Fromage blanc et crème de marrons</p>	<p>Salade de crouton</p> <p>bouche a la reine</p> <p>riz</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Tourin tomate vermicelles</p> <p>gnocchis a la creme</p> <p>de parmesan</p> <p>fromage</p> <p>gauffre</p>	<p>Potage de legumes</p> <p>Filet de poisson du jour</p> <p>gratin de brocoli</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit de saison</p>

Produit Bio



Repas Végétarien



Préparation maison à base de produits frais



Produit de saison



Produit local

