

# MENU Restaurant scolaire

du Lundi 15 juin au Vendredi 19 juin 2026



Les menus sont cuisinés sur place, de saison, bio ou local, validés par une diététicienne.

## Lundi



Tarte tomate / fromage 1-3-7  
Filet de poisson aux crevettes 2-4-7-12  
Courgettes sautées  
Dessert lacté bio 7

## Mardi



Salade verte 10-12  
Omelette /fromage râpé 3-7  
Pomme de terre  
Eclair chocolat 1-3-6-7

## Mercredi



Houmous / gressin 1-7  
Sauté de bœuf 9-12  
Carotte vapeur  
Fruit de saison 3-7  
\* Croustillant au fromage

## Jeudi



Pastèque  
Saucisse grillée  
Poêlée de légumes  
Fromage a la coupe 7  
1-3-7  
\* crêpe fromage

## Vendredi



Betterave cuite /fromage blanc 7-10-12  
Haut cuisse poulet rôti  
Pommes rissolées  
Fruit de saison 1-4-7  
\* Poisson meunière

Ilributaires des arrivages et soucieux de la qualité, les menus sont sujets à modifications sans préavis.

### la recette de la cuisine : Mijoté de boeuf aux carottes

Faire revenir les morceaux de bœuf à la sauteuse, puis les réserver.

Faire revenir dans la même sauteuse la garniture aromatique : oignons, céleri branche, champignons.

Ajouter le bœuf aux légumes et déglacer avec un peu de vin rouge, puis mouiller à hauteur avec de l'eau.

Rectifier l'assaisonnement et mettre à mijoter 2h30.

Cuire quelques carottes à la vapeur, assaisonner à l'huile d'olive pour accompagner le mijoté de bœuf.

### Allergènes

1- Gluten

2- Crustacés

3- Oeufs

4- Poissons

5- Arachides

6- Soja

7- Lait

8- Fruit à coque

9- Céleri

10- Moutarde

11- Graine de sésame

12- Anhydrides et sulfites

13- Lupin

14- Mollusques

\* Plat alternatif

Les allergènes sont renseignés en fonction des recettes confectionnées en cuisine mais peuvent contenir d'autres traces d'allergènes.

