

## Menus du mois d'OCTOBRE 2022

### Restaurant Scolaire de GIGNAC

LUNDI 3	MARDI 4	MERCREDI 5	JEUDI 6	VENDREDI 7
Soupe de légumes* Paëlla Gouda Flan pâtissier	Salade verte * Steak haché Gratin de macaronis Camembert Compote de pomme des Cévennes	Carottes râpées* Canard aux olives Pommes de terre et navets* braisés Crème dessert	Sardine à l'huile Emincé de porc au jus Gratin de chou-fleur* Yaourt nature sucré Fruit*	<i>Toasts de houmous</i> <i>Couscous de légumes et boulgour</i> <i>Bleu</i> <i>Fruit*</i>
LUNDI 10	MARDI 11	MERCREDI 12	JEUDI 13	VENDREDI 14
Pâté de campagne Filet de colin pané Petits pois Yaourt nature Fruit*	Pizza au fromage Blanquette de veau, carottes Riz Fromage blanc Crème de marrons	<i>Salade verte*</i> <i>Omelette</i> <i>Coquillettes et fromage râpé</i> <i>Cantal</i> <i>Fruits au sirop</i>	Velouté de courge Brandade de morue Petit suisse Fruit*	Salade d'oranges et cœurs de palmiers Saucisse grillée Haricots blancs à la tomate St Moret Compote
LUNDI 17	MARDI 18	MERCREDI 19	JEUDI 20	VENDREDI 21
Bouillon de vermicelles Poulet rôti Poêlée de légumes cuisinés* Camembert Fruit*	Salade verte* Seiche à la rouille sétoise Pomme de terre* vapeur Petit suisse Tarte aux pommes	<i>Betteraves rouges</i> <i>vinaigrette</i> <i>Risotto aux champignons</i> <i>Emmental</i> <i>Fruit*</i>	Carottes râpées* Sauté d'agneau Céréales en mélange et pois chiches Vache qui rit Compote	Salade de pommes de terre au thon* Jambon de Paris Haricots beurre sautés Yaourt Fruit*
LUNDI 24 OCT CLSH	MARDI 25 OCT CLSH	MERCREDI 26 OCT	JEUDI 27 OCT CLSH	VENDREDI 28 CLSH
Céleri rémoulade Cubes de poisson sauce tomate Riz créole Mimolette Donut	Salade de coquillettes Escalope de dinde à la crème Gratin de courge* Petit suisse Fruit*	Salade verte* Petit Salé Aux lentilles Gouda Flanby	Salade de haricots verts* Bœuf bourguignon Pommes de terre vapeur Chanteneige Fruit*	<i>Friand au fromage</i> <i>Œufs brouillés</i> <i>Ratatouille*</i> <i>Yaourt nature</i> <i>Fruit*</i>

(\*) Cet indicatif correspond aux produits issus de l'agriculture biologique ou locale raisonnée

En cas de non livraison de produits commandés, le menu peut être modifié.

4 Repas végétariens