

C'est la rentrée !



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Semoule maïs tomate		Salade haricots rouges, maïs, poivron	Melon	Concombre vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Wings de poulet	Tortis bolognaise	Pizza au fromage	Rôti de porc au jus	Paëlla de poisson (riz)
	Pêlé môle provençal	***	Salade verte	Haricots verts persillés	***
PRODUIT LAITIER	Gouda	Yaourt nature sucré	Fromage à tartiner		Fromage à tartiner
DESSERT	Prunes	Pêche	Banane	Clafoutis aux abricots	Compote de pommes

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°4

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Pastèque		Tomate basilic	Pâté de campagne	Salade verte et croustons
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Omelette	Goulash de bœuf	Cordon bleu	Filet de poisson frais sauce citron	Saucisse de Toulouse
	Ratatouille	Semoule	Petits pois cuisinés	Purée de carottes	Lentilles à la provençale
PRODUIT LAITIER	Fromage frais sucré	Fromage à tartiner	***	Saint Paulin	
DESSERT	Barre Bretonne	Pomme	Riz au lait vanillé	Nectarine	Flan nappé caramel

bio
Tous les vendredi Pain bio de la boulangerie Lucas de Guidel

Local

P.A. n°5



Circuits courts/ Produits locaux

maison bio

Alternatif





	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Betteraves persillées	Salade de pâtes, poivron, surimi, mayonnaise	Concombre vinaigrette	Melon	Salade de p. de terre échalote B
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Hachis Parmentier B	Colombo de porc B	Filet de poisson frais sauce crème	Tajine de légumes d'été aux pois chiches A	Filet de colin sauce américaine
	***	Haricots beurre	Riz pilaf B	Boullgour B	Courgettes
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé B L	Mimolette	Fromage blanc sucré B L		Fromage à tartiner
DESSERT		Raisin	Prunes	Œufs au lait M	Compote pomme abricot

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°1

Escapade gourmande en Italie

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	Tomate vinaigrette	Salade de riz, tomate, concombre B	Lentilles à l'échalote	Courgettes râpées aux poivrons vinaigrette à l'origan	Macédoine de légumes
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Steak haché	Emincé de dinde à l'estragon	Sauté de veau marengo	Pâtes à la napolitaine, emmental râpé A	Marmite de poisson
	Frites	Pêlé mêle provençal	Carottes braisées B L	***	Semoule B
PRODUIT LAITIER	Edam	Fromage frais sucré B L	Yaourt nature sucré B L		Tomme blanche
DESSERT	Mousse au chocolat		Banane	Ciambellone M	Poire B

B bio
Tous les vendredi Pain bio de la boulangerie Lucas de Guidel

L Local
Le yaourt aromatisé provient de la laiterie Kerguillet de PLOUJAY (56)

P.A. n°2



L Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte et maïs B	Crêpe au fromage	Tomate concombre féta	Salade coleslaw	Salade de pâtes tricolore B
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Filet de poisson sauce normande	Courgettes au bœuf	Filet de poulet tandoori	Rôti de porc sauce barbecue	Nuggets de blé A L
	Pomme de terre et épinards à la crème	***	Poêlée de légumes	Riz pilaf B	Petits pois et carottes
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé B L	Emmental	***		Coulommiers
DESSERT		Pomme B	Gâteau au yaourt M	Entremet banane M	Poire B

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°3

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Concombre vinaigrette	Salade de blé aux petits légumes	Salade verte mimosa B	Carottes râpées vinaigrette B L
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Filet de lieu sauce nantua	Emincé de dinde au curry	Chipolatas	Tortis lentilles tomates A	Sauté de bœuf marengo
	Semoule B	Haricots verts	Pêlé môle provençal	***	Riz créole B
PRODUIT LAITIER	Mimolette	Camembert	Fromage frais sucré B L		Fromage à tartiner
DESSERT	Kiwi B	Moelleux au chocolat M	Poire B	Flan nappé caramel	Compote de pommes

B bio

Tous les vendredi Pain bio de la boulangerie Lucas de Guidel

L Local

Le yaourt aromatisé provient de la laiterie Kerguillet de PLOUAY (56)

P.A. n°4

Menu validé
en commission menu

L Circuits courts/ Produits locaux

M maison **B** bio

A Alternatif



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Semaine n°42 : du 12 au 16 Octobre 2020
Semaine du goût: Entre la pomme et le fromage



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Coquillettes au basilic B		Tomate ciboulette	Pâté de foie	Crème de céleri à la pomme
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de poulet sauce au bleu et pommes	Boulettes de bœuf au thym	Clafoutis aux pommes et chèvre M A	Filet de poisson sauce dieppoise	Cassoulet
	Carottes persillées B	Purée aux 2 pommes fromagère	Poêlée de légumes	Haricots beurre	***
PRODUIT LAITIER		Yaourt nature sucré B L	Fromage à tartiner	Gouda	Brie
DESSERT	Banane	Poire B	Liégeois chocolat	Gâteau aux pommes et fromage frais M	Kiwi B

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

P.A. n°5

Semaine n°43 : du 19 au 23 Octobre 2020

Vacances scolaires

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade verte et croutons B L	Potage de légumes	Cake au fromage TADAAM! M	Salade de choux fleurs échalote	Salade coleslaw
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Riz façon cantonnaise A	Bœuf aux oignons	Filet de lieu sauce américaine	Gratin de pomme de terre à la parisienne B	Filet de colin meunière
	***	Coquillettes B	Julienne de légumes	***	Boulgour B
PRODUIT LAITIER		Fromage à tartiner	Fromage frais sucré B L	Yaourt aromatisé B L	Saint Paulin
DESSERT	Entremets vanille	Poire B	Banane		Compote de pommes

B bio
Tous les vendredi Pain bio de la boulangerie Lucas de Guidel

L Local
Le yaourt aromatisé provient de la laiterie Kerguillet de PLOUAY (56)

P.A. n°1





L Circuits courts/ Produits locaux **M** maison **B** bio **A** Alternatif

Mairie de Guidel

Semaine n°44 : du 26 au 30 Octobre 2020

C'est Halloween!



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Salade de riz B	Potage de légumes	Carottes râpées persillées B L	Chou blanc vinaigrette à l'orange
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet au curry 	Omelette	Couscous aux boulettes d'agneau	Filet de poisson sauce aurore	Parmentier de bœuf au potiron 
	Lentilles	Petits pois	Semoule B	Haricots verts	***
PRODUIT LAITIER	Bûchette mi chèvre	Fromage blanc sucré B L	Yaourt nature sucré B L	Camembert	Mimolette
DESSERT	Banane		Pomme B L	Tarte aux pommes	Blanc manger au coulis de mangue M

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES