



pamiers
Cœur d'Ariège

AU MENU DES ECOLES MUNICIPALES



Lundi 30-sept	Mardi 01-oct	Mercredi 02-oct	Jedi 03-oct	Vendredi 04-oct
Carottes rapées AB/T/M ----- Dos d'églefin sauce estragon M ----- Mélange de céréales AB/M ----- Camembert AB ----- Purée de pomme AB	Betteraves à l'ail AB/M ----- Sauté de veau marengo AB/T/M ----- Semoule AB/M ----- Yaourt vanille AB/T ----- Raisin AB	Riz maïs olives AB/M ----- Aiguillettes de poulet grillées NA/M ----- Courgettes AB/M ----- Fromage blanc AB/T ----- Poire AB	Concombre à la ciboulette AB/M ----- Sauce carbonara M ----- Macaronis AB/M ----- Goude AB ----- Mousse au chocolat AB	Boullghour AB fève féta M ----- Steak au fromage AB ----- Purée de légumes racines AB/T/M ----- Yaourt aromatisé AB ----- Banane AB/E
Pain	Pain	Pain	Pain	Pain
	SV:quenelle tomate AB	SV:stick mozzarella	SV:cabillaud	
07-oct	08-oct	09-oct	10-oct	11-oct
Chou blanc et mimolette AB/M ----- Poulet rôti basquaise AB/M ----- Blé aux légumes AB/M ----- Emmental AB ----- Purée pomme poire AB	Taboulé AB/M ----- Omelette fromage AB ----- Epinards béchamel AB/M ----- Yaourt citron AB/T ----- Pomme AB	Brocolis mimosa AB/M ----- Filet de colin bordelaise ----- Purée de patate douce AB/T/M ----- Edam AB ----- Ananas AB	Farfalles maïs carotte AB/M ----- Rôti de porc AB/T/M ----- Haricots verts AB/M ----- Yaourt brassé AB ----- Raisin AB	Salade verte AB ----- Sauté de boeuf AB/T/M ----- Riz pilaf AB/M ----- Tomme Courajou T ----- Eclair au chocolat
Pain	Pain	Pain	Pain	Pain
SV:saumon			SV:nem légumes	SV:quenelle tomate AB
14-oct	15-oct	16-oct	17-oct	18-oct
Salade de blé palmier olives AB/M ----- Filet de cabillaud citron frais M ----- Carottes sautées AB/T/M ----- Vache qui rit AB ----- Banane AB/E	Radis beurre AB/M ----- Quenelles sauce tomate AB ----- Coquillettes AB/M ----- Emmental râpé AB ----- Purée pomme fraise AB	Salade de lentilles AB/M ----- Escalope de veau AB/T/M ----- Ecrasé de potimarron AB/T/M ----- Yaourt nature sucré AB/T ----- Poire AB	Macédoine mayonnaise AB ----- Saucisse de porc AB/M ----- Pommes de terre au four AB/T/M ----- Yaourt mangue passion AB/T ----- Pomme AB	Coleslaw AB/T/M ----- Sauté de poulet aux champignons AB/M ----- Semoule AB/M ----- Brie AB ----- Biscuit AB
Pain	Pain	Pain	Pain	Pain
		SV:tortellinis ricotta	SV:omelette AB	SV:colin
21-oct	22-oct	23-oct	24-oct	25-oct
Pizza au fromage ----- Clafoutis au thon M ----- Haricots jaunes M ----- Kiri AB ----- Orange AB	Avocat mayonnaise AB ----- Filet de saumon sauce ciboulette M ----- Gnocchis sauce tomate M ----- Chanteneige AB ----- Purée pomme poire AB	Velouté de pois cassés AB/M ----- Jambon AB ----- Carottes et blettes AB/T/M ----- Yaourt abricot AB/T ----- Ananas AB	Salade verte AB/M croutons ----- Chili con carne AB/T/M ----- Riz pilaf AB/M ----- Morbier ----- Glace	Pdt tomate comichon AB/T/M ----- Aiguillettes de canard marinées M ----- Courgettes sautées AB/M ----- Mousse au chocolat AB ----- Banane AB
Pain	Pain	Pain	Pain	Pain
		SV:œuf dur AB	SV:quenelle tomate AB	SV:steak fromage AB
28-oct	29-oct	30-oct	31-oct	01-nov
Dés de pamplemousse ----- Saucisse de veau T/M ----- Lentilles AB/M ----- Saint Nectaire ----- Purée pomme fraise AB	Quinoa thon poivron AB/M ----- Emincé de dinde à la crème NA/M ----- Petits pois AB/M ----- Yaourt châtaigne AB/T ----- Pomme AB	Potage vermicelle AB/M ----- Tortilla oignons ----- Chou fleur béchamel AB/T/M ----- Kiri AB ----- Poire AB	Carottes mimosa AB/T/M ----- Dos de lieu fondue d'endives M ----- Purée AB/T/M ----- Yaourt fraise AB/T ----- Mille feuille	FERIE
Pain	Pain	Pain	Pain	
SV: omelette AB	SV:pané végétal			

Menus susceptibles de changer suivant l'approvisionnement.

Menus conformes au GEMRCN

Régime alimentaire S/P: Sans
Porc - S/V : Sans Viande
AB: Agriculture Biologique
T: Produit du Terroir
Maison
M: Fait
E: Équitable
Toutes nos viandes sont d'origine Française

