

LE PRODUIT DU MOIS :

Dans la grande famille des agrumes, on trouve l'orange, le citron, la mandarine, la clémentine, le pamplemousse, la bergamote, le cédrat... S'ils n'ont pas tous la même couleur, ils ont en commun la pulpe, les quartiers, la saveur acide, et leur richesse en vitamine C ! Très employés en cuisine, on les utilise aussi beaucoup dans les parfums.

École de LUGOS

MENUS DU MOIS DE Décembre 2020




Bon appétit !

| | Lundi | Mardi | Jeudi | Vendredi |
|---------------------------|---|--|--|--|
| Semaine du 30.11 au 04.12 | Tsatsiki Poisson aux céréales Pommes vapeur BIO Yaourt local  Biscuit | Oeuf mimosa Lasagnes épinards, chèvre et ricotta Petit suisse sucré Salade d'orange  | Velouté de potimarron Longe de porc au romarin Poêlée de légumes oubliés Fromage BIO Cake au citron  | Wrap Rôti de dinde au caramel d'agrumes  Potiron poêlé Fromage blanc sucré Fruit frais de saison |
| Semaine du 07 au 11.12 | Potage parmentier Escalope de volaille aux champignons Brocolis sautés Petit suisse Fruit frais de saison BIO | Rosette Daube de bœuf VBF Pâtes Fromage Pêche Natacha | Tourin tomate vermicelle Pané fromager Haricots verts BIO Yaourt nature sucré Gâteau d'anniversaire  | Carottes vinaigrette d'agrumes Brandade de morue Salade verte Fromage Panacotta et coulis de kiwi |
| Semaine du 14 au 18.12 | Salade de pommes de terre tartare Omelette au fromage Salade verte Fromage BIO Crème au chocolat | Carottes râpées Poisson meunière Poêlée de légumes de saison Petit filou Pain brioché perdu | Repas de Noël | Betterave vinaigrette Boulettes de bœuf sauce curry Semoule Yaourt aromatisé BIO Fruit frais de saison |
| Semaine du 21 au 25.12 | | VACANCES | VACANCES | |
| Semaine du 28 au 01.01.21 | | VACANCES | VACANCES | |

Produit Bio



Repas Végétarien

Préparation maison à base de produits frais



Produit de saison



Produit local

