

Les noix et noisettes se consomment d'octobre à mars. Riches en fibres, cuivre et manganèse, elles luttent contre le vieillissement, notamment cardiaque. Le Sud-ouest est une zone importante de production de ces deux fruits secs, d'ailleurs la noix du Périgord est une AOC.

École de LUGOS

Novembre 2021



Bon appétit !

lundi 8 novembre	mardi 9 novembre	mercredi 10 novembre	jeudi 11 novembre	vendredi 12 novembre
<i>Geoffroy</i>	<i>Théodore</i>	<i>Léon</i>	<i>Armistice 1918</i>	 Repas Végétarien <i>Christian</i>
Veluté de légumes   	Piémontaise 			Potage St Germain   
Dos de cabillaud piperade 	Poplette de boeuf sauce tomate  		FERIE	Tartiflette végétarienne   
Riz BIO 	Mijotés de légumes racines  			Salade verte  
Brie	Emmental			Entremet vanille 
Compote de fruits 	Brownies au chocolat 			Biscuit BIO 

Goûters



Produits locaux



Produit Bio



Produit de saison



Préparation maison à base de produits frais



Viande de boeuf D'origine française



Gâteau d'anniversaire



Appellation d'Origine Protégée



Appellation d'origine contrôlée



Spécialité Traditionnelle Garantie



Label rouge



Indication géographique protégée

Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.

Les noix et noisettes se consomment d'octobre à mars. Riches en fibres, cuivre et manganèse, elles luttent contre le vieillissement, notamment cardiaque. Le Sud-ouest est une zone importante de production de ces deux fruits secs, d'ailleurs la noix du Périgord est une AOC.

École de LUGOS

Novembre 2021



Bon appétit !

lundi 15 novembre	mardi 16 novembre	mercredi 17 novembre	jeudi 18 novembre	vendredi 19 novembre
<i>Albert</i>	 Repas Végétarien <i>Marguerite</i>	<i>Elisabeth</i>	<i>Aude</i>	<i>Tanguy</i>
Soupe de potiron   	Salade de lentilles à l'avocat 		Betterave aux noix   	Velouté de brocolis   
Escalope de dinde forestière  	Parmentier de chou fleurs et boulgour  		Kefta d'agneau 	Bœuf bourguignon VBF  
Haricots verts BIO  			Semoule 	Tortis 
Yaourt aromatisé	Petit suisse		Emmental BIO 	Yaourt nature sucré
Muffins aux pommes   	Oeuf au lait 		Fruit de saison  	Salade de fruits frais   



Produits locaux



Produit Bio



Appellation d'Origine Protégée



Produit de saison



Appellation d'origine contrôlée



Préparation maison à base de produits frais



Spécialité Traditionnelle Garantie



Viande de boeuf D'origine française

Label rouge



Gâteau d'anniversaire



Indication géographique protégée

Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.

Les noix et noisettes se consomment d'octobre à mars. Riches en fibres, cuivre et manganèse, elles luttent contre le vieillissement, notamment cardiaque. Le Sud-ouest est une zone importante de production de ces deux fruits secs, d'ailleurs la noix du Périgord est une AOC.

École de LUGOS

Novembre 2021



Bon appétit !

lundi 22 novembre	mardi 23 novembre	mercredi 24 novembre	jeudi 25 novembre	vendredi 26 novembre
 Repas Végétarien <i>Cécile</i>	<i>Clément</i>	<i>Flora</i>	<i>Catherine</i>	<i>Delphine</i>
Velouté de châtaignes  	Carottes râpées  		Rosette	Œuf BIO mimosa  
Risotto aux légumes  	Emincé de porc aux oignons 		Poisson à la bordelaise	Poulet au jus 
fromages et mascarpone 	Coquillettes BIO 		Fleurettes de romanesco  	Pommes sautées  
Edam	Fromage blanc et		Mimolette	Saint nectaire
Beignet	Pommes caramélisées   		Gâteau d'anniversaire  	Fruit de saison



Produit Bio



Appellation d'Origine Protégée



Produit de saison



Appellation d'origine contrôlée



Préparation maison à base de produits frais



Spécialité Traditionnelle Garantie



Viande de boeuf D'origine française



Label rouge



Gâteau d'anniversaire



Indication géographique protégée