

# Menus Ecole Saint Clair



Semaine du 3 au  
8 Janvier 2012

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée		Salade verte au surimi		Salade coleslaw (carottes, chou blanc)	Mousse de foie & cornichon
Plat		Filet de colin au four & fines herbes		Sauce Bolognaise (Brindilles de bœuf <15%MG) Pâtes Torsadées & gruyère râpé	Gigot d'agneau rôti & jus
		Gratin de courgettes & pommes de terre			Haricots blancs à la tomate
Fromage / laitage		Comté (>150mg Calcium)		Saint Paulin (>150mg Calcium)	Rondelé (100-150mg Calcium)
Dessert		Compote pomme/framboises		Galette des rois	Fruits de saison



Fruits et légumes crus



Fruits et légumes cuits



Viandes, poissons, œufs



Féculents



Produits laitiers



## Menus Ecole Saint Clair



Semaine du 9 au  
15 Janvier 2012

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade harmonie (scarole, chou rouge, maïs)	Potage de légumes		Tomate vinaigrette	Salade de pâtes au pistou
Plat	Sauté de porc sauce charcutière	Médailon de merlu sauce safranée		Sauté de bœuf à l'orientale	Filet de hoky meunière & citron
	Petits pois à la française	Pommes vapeur persillées		Semoule	Duo chou Romanesco & carottes
Fromage / laitage	Brebis crème (100-150mg Calcium)	Mimolette (>150mg Calcium)		Tomme des Pyrénées (>150mg Calcium)	Petits suisses Sucrés (>100mg Calcium)
Dessert	Semoule au lait	Salade de fruits frais		Compote pomme/pêche	Fruits de saison



Fruits et légumes crus



Fruits et légumes cuits



Viandes, poissons, œufs



Féculents



Produits laitiers



# Menus Ecole Saint Clair



Semaine du 16 au  
22 Janvier 2012

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Macédoine de légumes	Carottes râpées aux olives		Velouté à la tomate	Rillettes de sardine & citron
Plat	Emincé de dinde sauce crème	Pavé de colin à la provençale		Hachis Parmentier	Sauté de veau à la crétoise
	Riz créole	Haricots verts persillés			Jardinière de légumes
Fromage / laitage	Yaourt nature sucré (>100mg Calcium)	Gouda (>150mg Calcium)		Coulommiers (100-150mg Calcium)	Fromage blanc Nature (>100mg Calcium)
Dessert	Fruits de saison	Flan pâtissier		Fruits de saison	Fruits de saison



Fruits et légumes crus



Fruits et légumes cuits



Viandes, poissons, œufs



Féculents



Produits laitiers



## Menus Ecole Saint Clair



Semaine du 23 au  
29 Janvier 2012

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Carottes râpées & maïs vinaigrette	Salade de haricots verts à la provençale		Salade de mâche & betterave	Taboulé
Plat	Chipolatas	Filet de cabillaud sauce lombarde		Bœuf braisé en pot au feu	Filet de hoky pané & citron
	Lentilles	Pâtes Penne Rigate		Légumes pot au feu	Haricots beurre
Fromage / laitage	Fromage à tartiner (100 -150mg Calcium)	Tomme (>150mg Calcium)		Cantal (>150mg Calcium)	Yaourt Nature (>100mg Calcium)
Dessert	Compote de poires	Fruits de saison		Gâteau d'anniversaire	Fruits de saison



Fruits et légumes crus



Fruits et légumes cuits



Viandes, poissons, œufs



Féculents



Produits laitiers



# Menus Ecole Saint Clair

## La Chandeleur



Semaine du 30  
Janvier au 5  
Fevrier 2012

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Duo carotte & céleri râpés	Friand au fromage		Chou rouge râpé & raisins secs	Potage de légumes
Plat	Pavé de colin	Rôti de dinde au jus		Couscous boulettes d'agneau & merguez douces	Rôti de bœuf
	Poêlée de légumes	Endives béchamel		Semoule & légumes couscous	Pommes frites
Fromage / laitage	Rondelé (100 -150mg Calcium)	Yaourt Nature sucré (>100mg Calcium)		Emmental (>150mg Calcium)	Fromage blanc nature (>100mg Calcium)
Dessert	Fruit de saison	Fruits de saison		Crêpe au sucre	Fruits de saison



Fruits et légumes crus



Fruits et légumes cuits



Viandes, poissons, œufs



Féculents



Produits laitiers



# Menus Ecole Saint Clair



Semaine du 6 au  
12 Février 2012

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade de maïs à la catalane (maïs, tomate, poivron, olive)	Emincé de radis et maïs Sauce moutarde		Betteraves à l'orange	Salade d'endives & œuf
Plat	Poulet rôti	Sauté de bœuf bourguignon		Sauté de porc chasseur Sauté de dinde*	Filet de hoki sauce crème citronnée
	Duo de carottes & navets braisés	Pâtes Macaronis		Gratin de chou fleur Pommes vapeur	Poêlée de haricots verts
Fromage / laitage	Yaourt nature sucré (>100mg Calcium)	Port Salut (>150mg Calcium)		Edam (>150mg Calcium)	Bûche de chèvre (100 -150mg Calcium)
Dessert	Fruits de saison	Compote pomme/banane		Salade de fruits frais	Cake « maison »



Fruits et légumes crus



Fruits et légumes cuits



Viandes, poissons, œufs



Féculents



Produits laitiers



# Menus Ecole Saint Clair



Fruits et légumes crus



Fruits et légumes cuits



Viandes, poissons, œufs



Féculents



Produits laitiers

