



Menus du restaurant scolaire

Régie autonome de la
restauration scolaire et sociale
de Vénissieux

ville de
VENISSIEUX

OCTOBRE 2020

Lundi 5 : Menu BIO

- Pizza aux 4 légumes (poivrons, courgettes, oignons, tomates) g-l
- Omelette au fromage l-o
- Epinards hachés béchamel g-l
- Fromage blanc nature l
- Fruit de saison
- Pain g

Mardi 6

- Salade coleslaw sauce rémoulade m-o-s
- Filet de poisson aux poireaux safranés c-g-l-p-s
- Semoule g
- Fromage l
- Compote de fruits
- Pain g

Jeudi 8

- Duo perles-quinua tomates et épices douces g-m-s
- Sauté de veau aux olives g-l-s
- OU
- Croq' Fromager g-l-o
- Courgettes persillées l-s
- Flan nappé caramel l
- Pain g

Vendredi 9

- Salade verte / dés de fromage / vinaigrette maison l-m-s
- Filet de poisson sauce beurre blanc g-l-p-s
- Pommes noisettes
- Fruit de saison
- Pain g



Lundi 12 : LE PETIT MARRON

- Tarte aux fromages façon barigoule (artichauts) g-l-o
- Sauté végétal à la crème, champignons et marrons g-l-s
- Poêlée de légumes d'Automne (haricots verts, haricots beurre, aubergines, carottes, oignons)
- Mousse aux marrons l
- Pain g

Mardi 13 : LE POLAR DU POTAGER

- Macédoine de légumes et mayonnaise m-o-s
- Filet de poisson meunière / citron g-l-p
- Purée de rutabaga l-s
- Yaourt nature l
- Poire et gâteau du potager (courgettes - chocolat) g-j-l-o
- Pain g

Jeudi 15 : L'OGRE

- Salade de cœurs de blé / dés de fromage / vinaigrette maison g-l-m-s
- Sauté d'agneau aux olives g-i-l-s
- OU
- Œufs durs sauce aurore l-o
- Duo de carottes et panais l
- Tarte normande aux pommes g-l-o
- Pain g

Vendredi 16 : GOURMANDISE

- Allumette au fromage et salade verte / vinaigrette maison g-l-m-o-s
- Filet de merlu blanc sauce caramel g-j-l-p-s
- Riz basmati l
- Raisin et gâteau aux éclats de smarties g-l-o
- Pain g

Les fruits et légumes • Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres.

Les produits laitiers • Source de protéines, calcium, vitamines.

Les féculents • Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres.

Viande, poisson, œuf • Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer.

En raison de contraintes liées aux approvisionnements et afin de limiter la gaspillage alimentaire; la Régie de restauration peut être amenée à modifier les menus. Ces menus sont consultables sur internet www.venissieux.fr

Poisson issu d'une filière Pêche Durable
 Produit BIO

Produit de saison : Automne

Plat à base de protéines végétales

Viande Bovine Française, type Race à Viande

Pour plus d'informations sur les allergènes, contactez la Régie de restauration au 04 72 90 18 30 de préférence le matin.

Les 14 allergènes majeurs

- a- Arachide
- c- Crustacés
- f- Fruits à coques
- g- Gluten
- i- Céleri
- j- Soja
- l- Lait
- m- Moutarde
- o- Œufs
- p- Poisson
- q- Mollusques
- s- Sulfites
- u- Lupin
- z- Sésame

Règlement INCO (1169-2011)

Liste des allergènes majeurs à déclaration obligatoire

Cherche-moi !
Le produit du mois :

Les légumes
anciens

