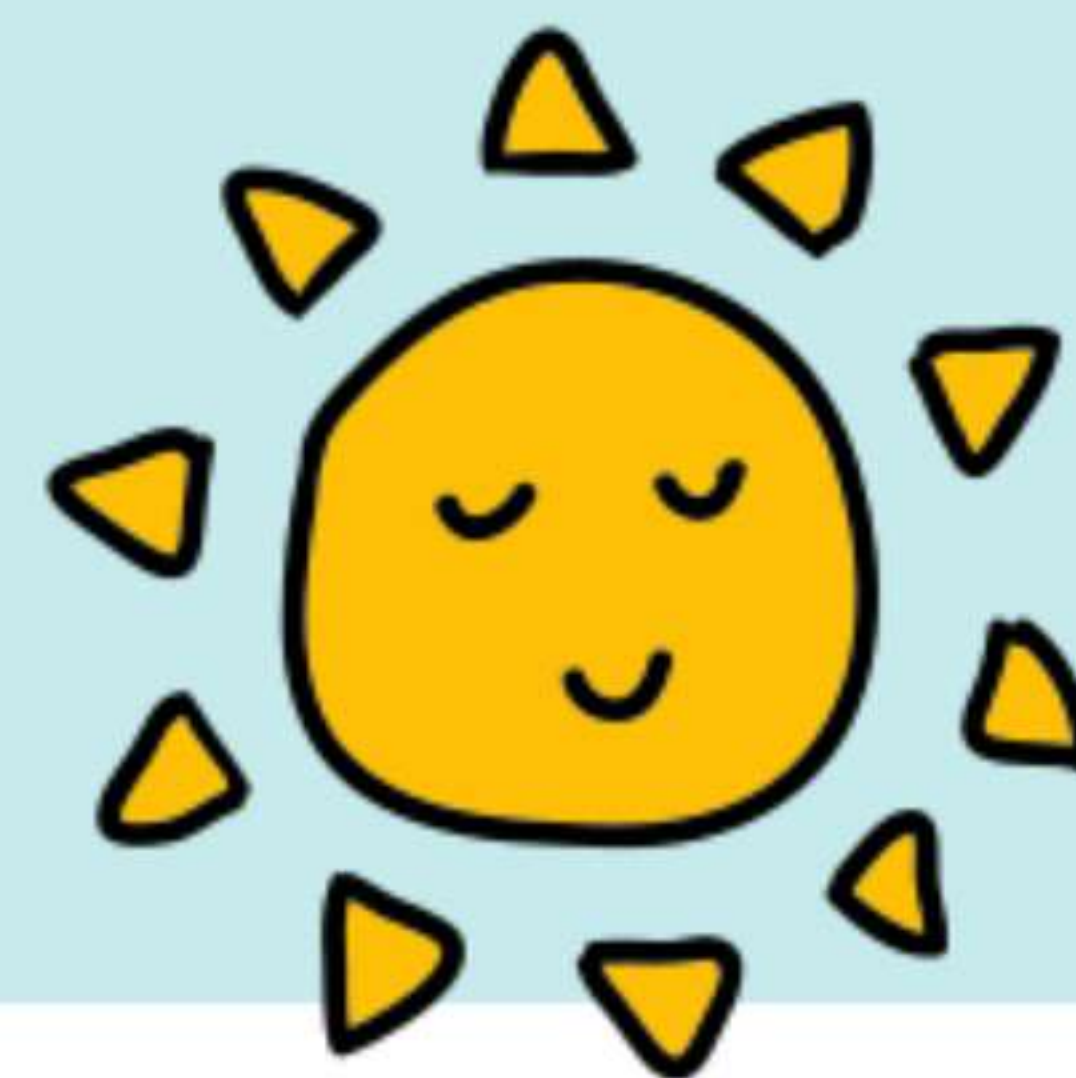


# MENU MARS 2024



SEMGEST

les Gourmands  
RESTAURATION COLLECTIVE

VEGETARIEN

LOCAVORE

A THEME

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SEMAINE du  
04 au 08

Carotte râpée OU Chou rouge  
Chili sin carne  
Riz bio  
Petit suisse bio fruité OU  
nature  
Clémentine OU Poire

Salade de pommes de terre  
Sauté de dinde BBC au jus  
Chou-fleur persillé  
Chèvre tine  
Pomme bio

Céleri rémoulade OU Endive  
Filet de hoki sauce aurore  
Purée de brocolis  
Brie OU Coulommiers  
Purée bio banane OU abricot

Rosette OU Roulade volaille  
Boeuf VF sauce crème  
Coquillettes bio  
Yaourt bio nature OU  
aromatisé  
Ananas bio OU Banane bio

Potage de légumes  
Filet de colin meunière  
et citron  
Carottes braisées bio  
Cantal AOP OU Edam  
Kiwi OU Clémentine

SEMAINE du  
11 au 15

Chou blanc OU Carotte râpée  
Sauté de boeuf sauce  
barbecue  
Semoule bio  
Mimolette OU St Nectaire  
Purée bio poire OU pomme

Potage de brocolis  
Poulet BBC sauce  
camarguaise  
Haricots verts  
Chanteneige bio OU Vache  
qui rit bio  
Poire OU Orange

**MENU ADL J.VILAR**  
Salade de lentilles,  
concombre, tomate vgt  
Raviolis ricotta épinards  
Babybel bio  
Tarte au citron

Salade iceberg aux noix OU  
Céleri vinaigrette  
Saucisse fumée OU volaille  
Purée façon aligot  
Edam OU Gouda  
Crème bio chocolat OU  
vanille

Potage de carottes  
Filet de merlu sauce oseille  
Chou-fleur bio béchamel  
Fromage blanc bio OU  
Yaourt nature bio  
Banane bio OU Pomme bio

SEMAINE du  
18 au 22

Betterave OU Haricot vert  
Couscous végétarien  
Semoule bio  
Yaourt bio nature OU  
aromatisé  
Poire OU Kiwi

Carotte râpée OU Céleri vgt  
Filet de colin sauce basilic  
Riz bio  
Gouda OU Mimolette  
Purée bio pomme OU  
banane

Potage de petits pois  
Sauté de veau sauce  
paprika  
Carottes braisées bio  
Camembert OU Brie  
Ananas bio OU Pomme bio

Salade verte vinaigrette  
Sauté de porc OU de poulet  
VF sauce normande  
Haricots beurre persillés  
St Paulin  
Semoule au lait

Endive OU Chou rouge  
Filet de hoki sauce aneth  
Pommes de terre vapeur  
Petit suisse bio  
fruité OU nature  
Pomme bio ou Banane bio

SEMAINE du  
26 au 01/03

Radis vgt OU Chou blanc  
Boeuf bio à la provençale  
Courgettes bio persillées  
Babybel bio OU  
Chanteneige bio  
Gaufrette vanille OU  
chocolat

Potage de champignons  
Poulet BBC sauce curry  
Brocolis bio  
Fromage blanc bio OU  
Yaourt nature bio  
Orange OU Poire

Chou rouge OU Salade  
Rôti de dinde VF au jus  
Riz bio  
Edam OU Cantal AOP  
Banane bio OU Ananas bio

**MENU P.LANGEVIN**  
Carotte râpée vinaigrette  
Oeuf brouillé  
Nouilles aux petits  
légumes façon Ramen  
Mimolette  
Clafoutis aux pommes

**MENU R.LEBON**  
Potage de potiron cannelle  
Aiguillettes de saumon  
meunière et citron  
Torsades bio  
Brie  
Clémentine

BIO = élaboré à partir de produits bio / BBC = Bleu Blanc Coeur / VF = Viande Française

AOP = Appellation d'Origine Protégée



= menu créé par les enfants