

Les noix et noisettes se consomment d'octobre à mars. Riches en fibres et minéraux, 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.

Ecole de

Menus du mois

Novembre 2021



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
spécification	Vacances	Vacances	Vacances	Vacances / Repas végétarien	Vacances
Semaine du 01 au 05.11					
Goûter					
spécification	Repas Végétarien				
Semaine du 08 au 12.11	Soupe de potiron parmentière Omelette du chef Salade verte Chavroux Tarte aux pommes	Salade de lentilles à l'avocat escalope de dinde forestière Duo de haricots Yaourt sucré Crumble pommes et poires		ferié	Velouté de brocolis Bœuf bourguignon VBF Tortis Emmental Fruit de saison
Goûter					
spécification	Repas Végétarien				
Semaine du 15 au 19.11	Velouté de châtaignes Risotto aux légumes fromage et mascarpone Yaourt au citron Tuiles aux amandes maison	Carottes râpées Émincé de porc aux oignons Haricots vendéens Fromage blanc et Pommes caramélisées		Oeuf mimosa Haut de cuisse au jus Fondue de légumes de saison Fromage Tarte mousseline chocolat	Rosette Pâtes aux deux saumons Mimolette Fruit de saison
Goûter					
spécification	Repas Végétarien				
Semaine du 22 au 26.11	Potage S Germain Tartiflette Végétarien Salade verte Entremet vanille Biscuit	Piémontaise Escalope de volaille panée maison sauce tomate Mijotés de légumes racines Emmental Fruit de saison		Radis beurre Emincé de poulet au citron olives vertes Boulgour Yaourt nature Flamousses aux poires maison	Velouté de légumes Poisson du jour piperade Riz Brie Compote de fruits
Goûter					

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