

RESTAURANT MUNICIPAL LONS LE SAUNIER

Produit biologique
Produit local



Fait maison



MENU SCOLAIRE MARS 2020

sans viande



Les produits bio sont locaux sauf les kiwis, oranges et bananes

Lundi 2.03	Mardi 3.03	Mercredi 4.03	Jeudi 5.03	Vendredi 6.03 sans viande
cèleri /raisin sec /noix filet de poisson au citron coquillettes cancoillotte fruit de saison	carottes râpées vinaigrette omelette lentilles fromage Altesse liégeois aux fruits	tarte aux légumes quenelles haricots beurre Pont L'évêque fruit de saison	salade Coleslaw filet de poisson marseillaise riz yaourt nature pomme au four	velouté de courgettes gratin de légumes au boulgour végétarien Brie gâteau au chocolat
Lundi 9.03 sans viande	Mardi 10.03	Mercredi 11.03	Jeudi 12.03	Vendredi 13.03
salade de pomme de terre tortilla aux oignons sauce tomate petits pois Vache qui rit fruit de saison	endives vinaigrette filet de poisson à l'aneth torsades comté flan nappé caramel	taboulé quenelles trio de légumes fromage blanc aromatisé banane	salade verte œuf dur chou + pomme vapeur polinois compote	salade de chou blanc au curry filet de poisson riz camembert tartelette au citron
Lundi 16.03	Mardi 17.03	Mercredi 18.03	Jeudi 19.03 sans viande	Vendredi 20.03
betterave rouge à la pomme omelette purée de p de terre Fourme d'Ambert fruit de saison	carottes râpées à l'antillaise brocolis persillés penne Coulommiers liégeois vanille	salade de haricot coco filet de poisson meunière poêlée de légumes verts fromage blanc aromatisé fruit	salade verte quiche au comté maison samos compote duo bio	salade de riz au surimi quenelles épinards hachés bûche du pilat beignet au chocolat
Lundi 23.03	Mardi 24.03	Mercredi 25.03 sans viande	Jeudi 26.03	Vendredi 27.03
macédoine de légumes filet de poisson polenta comté fruit de saison	lentilles à l'échalotte quenelles carottes persillées saint Nectaire liégeois vanille bio	cèleri rémoulade filet de poisson sauce diéppoise tagliatelles camembert cocktail de fruits	carottes râpées omelette riz petit suisse aromatisé BIO fruit de saison	salade de p de terre au thon boulettes végétales chou fleur persillé chavroux flan chocolat maison
Lundi 30.03	Mardi 31.03			
betterave rouge vinaigrette parmentier végétarien cancoillote fruit de saison	taboulé filet de poisson meunière haricots verts fromage blanc fruit de saison			



Vous trouverez sur www.ville-lons-le-saunier.fr des suggestions de menu du soir pour équilibrer votre journée

La liste des produits bio et locaux n'est pas exhaustive...Cela dépend des approvisionnements et de la météo