



## MENU SCOLAIRE OCTOBRE 2022

Lundi 3 Octobre	Mardi 4 Octobre	Mercredi 5 Octobre	Jeudi 6 Octobre	Vendredi 7 Octobre
Terrine de légumes et mayonnaise végétale Sauté de porc aux olives Omelette aux herbes sauce tomate Polenta Comté AOP Fruit	Salade de tomate vinaigrette Filet de poulet à l'oseille Filet de poisson sauce citron Riz de Camargue IGP safrané Flan nappe caramel BIO	Tarte au fromage maison Filet de poisson meunière Ratatouille BIO Saint Nectaire AOP Fruit	Taboulé maison (semoule BIO) Boeuf BIO sauce champignons Boulette végétale sauce aux épices Petits pois au jus Tartelette aux pommes maison	Chou bicolore BIO vinaigrette Coquillettes semi-complètes BIO Epinards hachés sauce béchamel Tome blanche Compote pomme banane
Lundi 10 Octobre	Mardi 11 Octobre	Mercredi 12 Octobre	Jeudi 13 Octobre	Vendredi 14 Octobre
VOIR LA FEUILLE SUR LA SEMAINE DU GOÛT				
Lundi 17 Octobre	Mardi 18 Octobre	Mercredi 19 Octobre	Jeudi 20 Octobre	Vendredi 21 Octobre
Cèleri rémoulade BIO Boeuf bourguignon BIO (lardons) Boulette végétale sauce tomate Torsades semi-complètes BIO Fromage Altesse Fruit	Taboulé (semoule BIO) Aiguillette de volaille sauce forestière Omelette sauce forestière Petits pois au jus Saint Moret Fruit	Salade verte Tarte aux poireaux maison Camembert Gâteau de semoule	Macédoine de légumes Filet de poisson sauce normande Riz de Camargue IGP Muffin au chocolat	Salade de lentilles locales à l'échalote Sauté de volaille à l'ancienne Quenelle nature bio sauce béchamel Gratin de potiron BIO Yaourt dessert fruits rouges
Lundi 24 Octobre	Mardi 25 Octobre	Mercredi 26 Octobre	Jeudi 27 Octobre	Vendredi 28 Octobre
Choucroute Filet de poisson sauce citron et sa garniture (pdt BIO) Cantal AOP Fruit	Pâté croûte Haut de cuisse de poulet label rouge Boulette végétale sauce tomate Carottes BIO sauce béchamel Yaourt aromatisé BIO Fruit	Salade d'endives Filet de poisson à l'oseille Torsades semi-complètes BIO Mousse au citron	Salade verte Hachis parmentier au potiron Hachis parmentier au potiron végétarien Brin d'affinois Compote pomme fraise	Betterave rouge BIO à l'échalote vinaigrette Omelette nature sauce tomate Haricots verts persillés Comté AOP Tartelette amandine poire maison
Lundi 31 Octobre	<p><b>Nos 4 maraichers fournissent les légumes frais BIO comme carottes, céleri, pommes de terre, betteraves, choux blanc et rouges, salade verte, potiron et poireaux : Sylvain Ducruet de Laperrière sur Saône, Geoffroy Geoffroy de Labergement les auxonne, Jean Baptiste Rozet de Rahon et Félicien Kremp de Flagey les auxonne</b></p> <p>L'été, nos maraichers BIO assurent les tomates, concombres, courgettes, fenouil, aubergines...</p> <p><b>Menus établis sous réserve d'approvisionnement</b></p> <p><b>Vous trouverez des suggestions pour vos menus du soir ainsi que la liste des allergènes sur le site internet de la ville de Lons le Saunier, rubrique Restaurant Municipal</b></p>			
Chou bicolore BIO Rôti de porc IGP au jus Filet de poisson sauce oseille Coquillettes semi-complètes bio Camembert Dés de pêches au sirop				