


# Menus

☆☆☆☆☆  
**22%**  
 de produits  
 2019 

<b>Lundi 28/09/20</b> Salade Marco Polo+ fromage  <b>Escalope</b> sauce champignons  <b>Légumes d'automne AB</b>  <b>Pomme AB</b>	<b>Lundi 05/10/20</b> Radis beurre  <b>Sauté de canard</b>  Purée de pois cassés/ pdt <b>lait AB</b>  <b>Crème vanille AB maison</b>	<b>Lundi 12/10/20</b>  <b>Betteraves AB</b> vinaigrette  <b>Saucisse grillée AB</b> Flageolets Fromage coupé  <b>Pomme AB</b>	<b>Lundi 19/10/20</b> Tomate vinaigrette  <b>Échine de porc 1/2 sel</b>  <b>Lentilles AB</b>  <b>Crème caramel AB maison</b>
<b>Mardi 29/09/20</b>  <b>Tomates AB</b> vinaigrette  <b>Émincé de porc</b> mariné à la catalane  <b>Lentilles AB</b> cuisinées Mousse chocolat	<b>Mardi 06/10/20</b>  <b>Carottes AB</b> vinaigrette Galette boughour emmental tomates  <b>Riz AB</b> créole / petits légumes Fromage de chèvre frais Glace	<b>Mardi 13/10/20</b> Salade pépinettes thon tomates from.  <b>Sauté de dinde</b> Marengo  <b>Haricots verts AB</b>  <b>Fromage blanc de Plessala</b>	<b>Mardi 20/10/20</b>  <b>Céleri AB aux pommes AB</b>  <b>Escalope</b> à la crème  <b>Pomme de terre AB</b>  <b>Yaourt aromatisé AB</b>
<b>Mercredi 30/09/20</b> Croque reblochon  <b>Sauté de bœuf AB</b> Poêlée courgettes/oignons/tomates Fruit frais	<b>Mercredi 07/10/20</b> Taboulé aux légumes frais Rôti de veau  <b>Haricots verts AB</b> Fromage Salade de fruits	<b>Mercredi 14/10/20</b>  <b>Salade canut</b> Raclette Jambon Glace	<b>Mercredi 21/10/20</b> Pizza Omelette Julienne de légumes  <b>Fromage AB</b> Fruit frais
<b>Jeudi 1<sup>er</sup>/10/20</b>  <b>Betteraves rouges AB</b> vinaigrette Parmentier de légumes Salade Fruit frais	<b>Jeudi 08/10/20</b>  Jus de pommes AB Salade verte  <b>Tartiflette maison</b>  <b>Fruit AB</b>	<b>Jeudi 15/10/20</b> Crêpe jambon/fromage Filets de maquereaux  <b>Carottes AB riz AB</b> Poire au sirop	<b>Jeudi 22/10/20</b>  <b>Carottes AB</b> aux raisins Chili sin carne  <b>Coquillettes AB</b> semi complètes Petit-suisse
<b>Vendredi 02/10/20</b> Concombre bulgare  <b>Filet de poisson frais</b>  <b>Légumes AB</b> Fromage Gâteau basque	<b>Vendredi 09/10/20</b> Terrine de campagne artisanale  Filet de poisson frais  Gratin de <b>courgettes AB et pdt AB</b>  Riz au <b>lait AB</b> maison	<b>Vendredi 16/10/20</b> Concombre vinaigrette  <b>Pâtes coquillettes AB</b> 1/2 complète à la tomate et protéines végétales Flan maison	<b>Vendredi 23/10/20</b> Taboulé maison Filet de poisson pané / citron Ratatouille  <b>Le petit Noë AB</b> bruschetta <b>Plaintel</b>  <b>Fruit AB</b>

 **Produit Label Rouge**  
 **Viande française**  
 **Produit issu de l'agriculture biologique**  
 **Produit local**

Salade Marco Polo : tortis couleurs, miettes de surimi, mayonnaise, ketchup  
 Taboulé : semoule AB, tomates, poivrons rouges et verts, citron, menthe  
 Salade canut : salade, lardons, croûtons, vinaigrette

Validé par une diététicienne  
 du Club Nutriservices

Menus en couleurs sur le site de la ville de Plérin: [www.ville-plerin.fr](http://www.ville-plerin.fr)