



<b>Lundi 26/10/20</b> Salade riz / thon / tomate  <b>Rôti de porc AB</b> aux épices  <b>Légumes couscous</b>  <b>Pomme AB</b>	<b>Lundi 02/11/20</b> Pamplemousse Cordon Bleu  <b>Haricots verts AB</b> Semoule au lait	<b>Lundi 09/11/20</b>  <b>Betteraves rouges AB</b>  <b>Bœuf AB bourguignon</b>  <b>Riz pilaf AB</b> Bonbel  <b>Pomme AB</b>	<b>Lundi 16/11/20</b> Salade Marco Polo fromage  <b>Émincé de volaille</b> au curry Jardinière de légumes Pêches au sirop
<b>Mardi 27/10/20</b> Concombre / maïs  <b>Rôti de dinde</b> Pommes de terre sautées  <b>Yaourt de Plessala</b>	<b>Mardi 03/11/20</b>  <b>Soupe de légumes AB</b>  <b>Poulet rôti label</b> Mogettes cuisinées  <b>Fromage de chèvre frais</b> Salade de fruits / sablé	<b>Mardi 10/11/20</b>  <b>Salade pdt AB</b> / filets de hareng  <b>Sauté de dinde Marengo</b> Petits pois lardons  <b>Fromage blanc de Plessala</b>	<b>Mardi 17/11/20</b>  <b>Potage de légumes AB</b> Paupiette de veau  <b>Pâtes semi-complètes AB</b>  <b>Yaourt aux fruits AB</b> La Motte
<b>Mercredi 28/10/20</b>  <b>Betteraves rouges AB</b>  <b>Viande bolognaise</b>  <b>Pâtes semi-complètes AB</b> Fruit frais	<b>Mercredi 04/11/20</b> Champignons frais à la crème Bœuf braisé Ratatouille Flan pâtissier	<b>Mercredi 11/11/20</b> Férié	<b>Mercredi 18/11/20</b> Croque antillais Omelette parmentière  <b>Flan de carottes AB</b> Fruit frais
<b>Jeudi 29/10/20</b> Salade angevine  <b>Filet de poisson frais</b>  <b>Pommes vapeur AB</b>  <b>Crème pistache au lait AB</b>	<b>Jeudi 05/11/20</b>  <b>Potage de légumes AB</b> Choucroute  <b>Pommes de terre AB</b>  <b>Fromage Fleur du Gouët Plaintel</b>  <b>Banane AB</b>	<b>Jeudi 12/11/20</b>  <b>Velouté de légumes AB</b> Galette de légumes  <b>Légumineuse sauce tomate</b> Fromage Pâtisserie	<b>Jeudi 19/11/20</b>  <b>Potage de légumes AB</b>  <b>Hachis végétarien au lait AB</b> Salade  <b>Crème chocolat AB au lait AB</b>
<b>Vendredi 30/10/20</b> Salade américaine  <b>Couscous végétarien pois chiches AB</b>  <b>Semoule AB de couscous</b> Fromage  <b>Fruit frais AB</b>	<b>Vendredi 06/11/20</b>  <b>Carottes râpées AB</b> vinaigrette  <b>Dahl de lentilles corail</b> Boulgour Fromage Gâteau maison	<b>Vendredi 13/11/20</b> Œufs durs Filet de poisson pané / citron  <b>Purée de butternut</b>  <b>Riz au lait AB</b>	<b>Vendredi 20/11/20</b>  <b>Salade de lentilles AB</b>  <b>Filet de poisson frais</b>  <b>Gratin de chou-fleur AB / pdt AB</b>  <b>Fruit frais AB</b>

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

Salade angevine : endives, dés de jambon, cerneaux de noix, gruyère, vinaigrette  
 Salade américaine : cœurs de palmier, jambon, fromage, maïs, mayonnaise, ketchup  
 Salade Marco Polo : tortis couleurs, miettes de surimi, mayonnaise, ketchup  
 Salade de lentilles : lentilles, fetas, échalote, 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)**