

Menus élémentaires - Ville de Lingolsheim

Mars avril 2024

		LES LEGUMINEUSES				VACANCES SCOLAIRES			
JOUR SEMAINE	Semaine 11 11 au 15 mars 2024	Semaine 12 18 au 22 mars 2024	Semaine 13 25 au 29 mars 2024	Semaine 14 1 au 5 avril 2024	Semaine 15 8 au 12 avril 2024	Semaine 16 15 au 19 avril 2024	Semaine 17 22 au 26 avril 2024	Semaine 18 29/04 au 3 mai 2024	
LUNDI	Potage de légumes	Salade de chou rouge local	REPAS VEGETARIEN Salade de carottes râpées local		REPAS VEGETARIEN Salade de pommes de terre	.Macédoine de légumes vinaigrette	Salade coleslaw locale	Salade de chou blanc BIO	
	Filet de poisson pané, citron Blé et ratatouille Yaourt aromatisé BIO	Rôti de bœuf VBF sauce brune Pommes de terre sautées et brunoise de légumes Les fripons	Tortellinis tricolore aux 3 fromages AOP sauce champignons		Croustillant au fromage Haricots verts à la tomate Yaourt sucré	Saucisse paysanne VPF Pommes de terre sautées et chou confit Carré de l'Est à la coupe	Gratin de pâtes aux légumes printaniers et jambon VPF Tomme noire	Filet de colin MSC gratiné Petits pois carottes Saint Nectaire à la coupe AOP	
	Fruit de saison	Fruit de saison BIO	Fruit de saison BIO		Fruit de saison BIO	Fruit de saison BIO	Fruit de saison BIO	Fruit de saison BIO	Donut
		Beignet de chou-fleur					Merguez végétarienne	Gratin de pâtes aux légumes printaniers à l'emmental	
MARDI	REPAS BIO Salade chou blanc BIO	Velouté de potiron	Salade de céleri local	REPAS VEGETARIEN Salade de céleri local	REPAS BIO Salade verte	MENU DES ENFANTS Salade de concombres BIO	Salade de champignons	Salade de concombres	
	Emincé de bœuf stroganof Riz et carottes BIO persillées Fromage à la coupe	Pâtes BIO façon carbonara VPF	Filet de poisson MSC meunière, sauce rémoulade Cœur de blé et brocolis aux amandes Petit suisse sucré BIO	Dhal de pois chiches et carottes au curry Riz Emmental BIO	Hachis parmentier à la purée de patates douces Fromage à la coupe	Lasagnes de bœuf à la bolognaise Carré Croc'lait Crêpe sucrée	Bœuf VBF bourguignon Chou-fleur persillé Chanteneige BIO	Steak haché à la sauce tomate Pommes de terre rissolées Flan vanille	
	Crème dessert chocolat	Tomme blanche	Fruit au sirop	Pomme	Crème dessert saveur chocolat BIO	Lasagnes aux légumes du soleil	Eclair au chocolat	Fruit de saison BIO	
	Quenelles natures sauce stroganof	Yaourt aux fruits			Parmentier végétarien à la patate douce, carottes et lentilles		Crêpe au fromage	Emincé végétal aux carottes	
MERcredi	Salade de betteraves à la ciboulette	REPAS BELGE Salade d'endives aux dés de fromage	Potage de légumes	Duo de choux local	Salade de carottes râpées	REPAS VEGETARIEN Salade verte BIO	Salade de carottes BIO		
	Sauté de porc VPF à la crème et champignons	Waterzoi de poulet Pommes de terre et légumes (navets, carottes, poireaux) Edam à la coupe	Bœuf VBF sauce à l'échalote	Mijotée de veau sauce chasseur Petits pois BIO Petit cotentin	Haché de saumon au bouillon Riz crémeux aux petits légumes Saint Nectaire AOP à la coupe	Boulettes de soja aux épices Semoule et légumes de tajine Munster à la coupe AOP	Filet de lieu MSC sauce basquaise Riz et haricots verts Bûche de chèvre à la coupe Flan vanille nappé caramel		
	Boullgour et chou-fleur Fromage ail et fines herbes	Gaufre 	Potatoes et haricots beurre persillés Fraidou	Banane BIO	Tarte aux pommes streusel locale	Fromage blanc au coulis de fruits			
	Fruit de saison BIO	Boulettes de soja au bouillon	Emincé végétal sauce à l'échalote	Galette végétale au blé					
JEUDI	MENU DES ENFANTS Salade de carottes BIO	REPAS VEGETARIEN Potage de légumes	PÂQUES Œufs durs à la russe	Salade de champignons	Salade de chou rouge BIO	Salade de radis	Salami danois, comichons	REPAS VEGETARIEN Duo de choux local	
	Pâtes à la bolognaise	Galette végétale aux céréales BIO	Paupiette de volaille printanière	Kassler fumé VPF	Emincé de poulet façon kébab, sauce blanche	Bœuf VBF à l'estragon	Pilons de poulet jus au romarin	Quiche aux légumes	
	Fromage râpé	Petits pois à la crème Camembert à la coupe	Flageolets à la crème et carottes Ortolan à la coupe BIO	Lentilles aux carottes Gouda BIO	Potatoes et ratatouille Fromage à tartiner nature	Riz et trio de légumes (carotte, brocolis, chou-fleur) BIO Yaourt aromatisé	Cœur de blé et poêlée de courgettes Ortolan BIO	Tomme BIO	
	Moelleux au chocolat	Fromage blanc (local) aux pépites de chocolat	Gâteau d'anniversaire Entremet de Pâques	Flan vanille nappé caramel	Flan vanille nappé caramel	Poire	Fruit de saison local	Crème à la pistache	
Pâtes à la bolognaise aux lentilles et petits légumes		Quenelles natures printanière	Palets de légumes	Falafels sauce blanche		Risotto crémeux et trio de légumes	.Macédoine de légumes rémoulade (entrée) - Raviolis aux légumes (plat)		
VEndredi	REPAS VEGETARIEN Taboulé	Salade mexicaine		Salade San Diego (haricots rouges, haricots blancs, mais, poivrons)	Salade de chou blanc local	Salade de betteraves rouges au vinaigre balsamique	Salade verte BIO aux dés de fromage	Pizza au fromage	
	Œufs brouillés au fromage	Filet de poisson MSC sauce Dugléré (tomate, échalote, persil)		Filet de poisson MSC gratiné	Rôti de porc VPF jus au curcuma	Filet de colin MSC sauce citronnée	Omelette à la tomate	Escalope de volaille jus au safran	
	Haricots verts BIO à la tomate	Purée pommes de terre, céleri BIO		Pâtes à la tomate et julienne de légumes	Blé et carottes au miel	Purée pommes de terre, poireaux BIO	Pommes de terre sautées et julienne de légumes	Boullgour et céleri braisé	
	Mimolette à la coupe	Fourme d'Ambert AOP à la coupe		Fromage blanc sucré	Brie à la coupe BIO	Cantal AOP	Petit suisse aromatisé	Coulommiers à la coupe	
Banane	Salade de fruits frais		Tarte au fromage blanc local	Fruit de saison	Pêche au sirop	Fruit de saison BIO			
				Mijoté de lentilles au curcuma			Boulettes de lentilles jaunes en sauce		



Les menus ne sont pas contractuels, le service achat étant tributaire des variations possibles des approvisionnements. Les menus sont élaborés par la diététicienne de Dupont Restauration selon les recommandations nutritionnelles du GEMRCN



* Alternative sans porc et sans viande
Tous nos pains sont fabriqués par un artisan boulanger local
Les plats sont des plats complets

Abréviations : VPF / VBF (Viande Porcine OU Bovine Française), HVE (Haute Valeur Environnementale), CEE2 (certification environnementale des exploitations), MSC (poisson issu d'une pêche durable)

