Menu des écoles de MONS

janvier 2024

lundi 01 janvier	mardi 02 janvier	jeudi 04 janvier	vendredi 05 janvier

lundi 08 janvier	mardi 09 janvier	jeudi 11 janvier	vendredi 12 janvier
Potage légumes frais locaux *	***Potage légumes frais locaux*** *	***Potage légumes frais locaux*** *	***Potage légumes frais locaux*** *
Filet de poulet	Chili sin carne (hachis végétarien)	Chipolata de volaille	Filet de saumon MSC
Salade tournaisienne (chicon, chou rouge, haricots blancs, mâche, pommes)	(haricots rouges bio, tomates)	Compote de pommes	Poireaux à la crème
Pommes de terre en chemise	Riz	Frites	Coquillettes
Galette des rois	Yaourt aux fruits	Mousse chocolat	***Poire***

lundi 15 janvier	mardi 16 janvier	jeudi 18 janvier	vendredi 19 janvier
Potage légumes frais locaux *	***Potage légumes frais locaux*** *	***Potage légumes frais locaux*** *	***Potage légumes frais locaux*** *
Rôti de dinde jus de volaille	Penne	Quiche aux légumes maison (œufs)	Filet de colin MSC sauce fines herbes
Chou rouge aux pommes	Sauce bolognaise (carottes, oignons, tomates)	(carottes, champignons, poireaux)	***Purée*** *
Pommes de terre	pur bœuf - Fromage râpé	Salade vinaigrette	au céleri-rave
Petit beurre bio	Mandarine	Yaourt sucré	***Pomme***

lundi 22 janvier	mardi 23 janvier	jeudi 25 janvier	vendredi 26 janvier
Potage légumes frais locaux *	***Potage légumes frais locaux*** *	Soupe de haricots blancs à la grecque (poireaux, carottes, céleri)*	***Potage légumes frais locaux*** *
Couscous falafels	Pâtes	Gyros de bœuf	Filet de lieu noir MSC
Légumes couscous (carottes, navets, pois chiches, céleri, oignons)	au jambon (lardinettes VG)-fromage	aux poivrons doux	Epinards à la crème
Semoule	Salade	***Potatoes***	***Purée***
Fromage belge	***Poire***	Orange	Chocolat

lundi 29 janvier	mardi 30 janvier	jeudi 01 février	vendredi 02 février
Potage légumes frais locaux *	***Potage légumes frais locaux*** *	***Potage légumes frais locaux*** *	***Potage légumes frais locaux*** *
Rôti de porc sauce brune (Lentilles bio cuisinées)	Pâtes complètes bio	Burger de légumes coulis aux herbes	Fish sticks MSC sauce tartare
Carottes au thym	au poulet	Haricots princesses	Salade mixte sauce dressing
Pommes vapeur *	champignons et petits pois	Frites	***Pommes de terre*** persillées
Flan	Banane Fairtrade Bio	***Pomme***	Crèpe

Produits circuit court/locaux "en gras italique"

QA : Qualité Ardennes en circuit court

Fairtarde

Bio = produit certifié

Viande de porc

Menu végétarien

Poisson issu de la pêche durable (MSC)

Aliments issus d'une agriculture responsable & raisonnée

Menu à thème: lundi perdu, chandeleur

Menu grec

Légumes: 89% de saison, 60% en frais et 55% issu d'une agriculture responsable et raisonnée

Menu validé par la diététicienne selon les exigences nutritionnelles en vigueur.

***Produit local issu de la coop alimentaire**

La composition de nos menus peut varier d'un jour à l'autre. Pour toute information concernant les allergènes présents dans nos menus, veuillez vous adresser au 0489/74.24.76 (API Restauration)