

Menus du mois de

octobre 2023



École de

CARCANS



| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|----------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|--------------------------|--|--|
| <i>spécification</i> | | <i>Repas Végétarien</i> | | | |
| Semaine du | Chou blanc | Concombres vinaigrette | Taboulé | Betterave à l'orange | Tomate en salade |
| 2/10 | Steak de porc | Chili sin carne | Escalope de poulet | Blanquette de veau | Filet de poisson en sauce |
| au | Pâtes BIO | Riz BIO | Chou fleur BIO en gratin | Pommes de terre vapeur | Semoule BIO |
| 6/10 | Ratatouille | Jardinière de légumes | et pomme de terre | Carottes au jus BIO | Haricots palette |
| 40 | Compote | Yaourt | Fromage | Fruits frais de saison | Pâtisserie maison |
| Goûter | | | | | |
| <i>spécification</i> | | | | <i>Repas Végétarien</i> | |
| Semaine du | Pommes de terre tartare | Salade verte- mais sauce aigre douce | Tomates en salade | Choux rouge aux pommes | Rillettes |
| 9/10 | Tandoori de poisson | Rôti de porc aux pruneaux | Vol au vent charcutier | Omelette | Cuisse de poulet rôti |
| au | Riz BIO | Semoule BIO | Poireaux béchamel | Pommes rissolées | Risetti |
| 13/10 | Navets glacés | Julienne de légumes | Purée | Salade verte | Brocolis |
| 41 | Fruits frais de saison | Yaourt | Fruits frais de saison | Brie BIO | Fruits frais de saison |
| Goûter | | | | | |
| <i>spécification</i> | <i>GOUT DU BLANC</i> | <i>GOUT DE FRANCE</i> | <i>GOUT US</i> | <i>GOUT D'INDE</i> | <i>Jeu Halloween / anniversaires du mois</i> |
| Semaine du | Tartine au chèvre | Potage façon garbure | Salade coleslaw | Dhaba style egg curry (Oeuf dur carottes râpées mayonnaise au curry) | Potage à la citrouille aux vers (vermicelle) |
| 16/10 | Blanquette de poisson | Axoia | Poulet saveur tex mex | Dahl de lentilles | Tempura de poulet |
| au | Riz BIO | Pomme vapeur | Potatoes | Pâtes | Haricots blancs sauce sorcière |
| 20/10 | Purée de céleri | Piperade | Courgettes sautées | | Haricots verts |
| 42 | Petit suisse | Cantal AOP | Glace | Salade de fruits aux épices | Gâteau d'anniversaire |
| Goûter | | | | | |
| <i>spécification</i> | | | | <i>Repas Végétarien</i> | |
| Semaine du | Radis beurre | Carottes râpées | Chou blanc en salade | Potage Dubarry | Tartine de rillettes de sardine |
| 23/10 | Poisson en sauce | Pilons de poulet | Jambon grill | Parmentier de pois cassés | Boeuf façon carbonnade flamande |
| au | Cœur de blé – Poireaux à la crème | Riz BIO pilaff | Purée de potiron | Salade verte | Haricots beurre |
| 27/10 | | Petits pois | | | Pâtes |
| 43 | Fruits frais de saison | Yaourt BIO | Semoule au lait | Fruits frais de saison | Mousse au chocolat |
| Goûter | | | | | |





École de **CARCANS**

Mois de

octobre

2023



Bon appétit !

| lundi 2 octobre | mardi 3 octobre | mercredi 4 octobre | jeudi 5 octobre | vendredi 6 octobre |
|------------------------|-------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| | Repas Végétarien | | | |
| Chou blanc | Concombres vinaigrette | Taboulé | Betterave à l'orange | Tomate en salade |
| Steak de porc | Chili sin carne | Escalope de poulet | Blanquette de veau | Filet de poisson en sauce |
| Pâtes BIO | Riz BIO | Chou fleur BIO en gratin | Pommes de terre vapeur | Semoule BIO |
| Ratatouille | Jardinière de légumes | et pomme de terre | Carottes au jus BIO | Haricots palette |
| Compote | Yaourt | Fromage | Fruits frais de saison | Pâtisserie maison |



École de **CARCANS**

Mois de

octobre

2023



Bon appétit !

| lundi 9 octobre | mardi 10 octobre | mercredi 11 octobre | jeudi 12 octobre | vendredi 13 octobre |
|--------------------------------|---|-------------------------------|--|-------------------------------|
| Pommes de terre tartare | Salade verte- mais sauce aigre douce | Tomates en salade | Repas Végétarien Choux rouge aux pommes | Rillettes |
| Tandoori de poisson | Rôti de porc aux pruneaux | Vol au vent charcutier | Omelette | Cuisse de poulet rôti |
| Riz BIO | Semoule BIO | Poireaux béchamel | Pommes rissolées | Risetti |
| Navets glacés | Julienne de légumes | Purée | Salade verte | Brocolis |
| Fruits frais de saison | Yaourt | Fruits frais de saison | Brie BIO | Fruits frais de saison |



École de

CARCANS

Mois de

octobre

2023



Bon appétit !

| lundi 16 octobre | mardi 17 octobre | mercredi 18 octobre | jeudi 19 octobre | vendredi 20 octobre |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|---|
| GOUT DU BLANC | GOUT DE FRANCE | GOUT US | GOUT D'INDE | du Halloween / anniversaires du m |
| Tartine au chèvre | Potage façon garbure | Salade coleslaw | Dhaba style egg curry (Oeuf dur carottes râpées mavonnaise au currv) | Potage à la citrouille aux vers (vermicelle) |
| Blanquette de poisson | Axoa | Poulet saveur tex mex | Dahl de lentilles | Tempura de poulet |
| Riz BIO | Pomme vapeur | Potatoes | Pâtes | Haricots blancs sauce sorcière |
| Purée de céleri | Piperade | Courgettes sautées | | Haricots verts |
| Petit suisse | Cantal AOP | Glace | Salade de fruits aux épices | Gâteau d'anniversaire |



École de **CARCANS**

Mois de














octobre

2023



Bon appétit !

| lundi 23 octobre | mardi 24 octobre | mercredi 25 octobre | jeudi 26 octobre | vendredi 27 octobre |
|--|-------------------------|-----------------------------|----------------------------------|--|
| | | | Repas Végétarien | |
| Radis beurre | Carottes râpées | Chou blanc en salade | Potage Dubarry | Tartine de rillettes de sardine |
| Poisson en sauce | Pilons de poulet | Jambon grill | Parmentier de pois cassés | Boeuf façon carbonnade flamande |
| Cœur de blé - Poireaux à la crème | Riz BIO pilaff | Purée de potiron | Salade verte | Haricots beurre |
| | Petits pois | | | Pâtes |
| Fruits frais de saison | Yaourt BIO | Semoule au lait | Fruits frais de saison | Mousse au chocolat |

| Semaine commençant le | |  Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) |  Lait |  Oeufs |  Arachides |  Soja |  Moutarde |  Fruits à coques (amandes, noix, noisettes, noix de pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) |  Céleri |  Graines de sésame |  Poissons |  Crustacés |  Mollusques |  Lupin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO2) |
|-----------------------|---------------------------|---|--|---|---|--|--|--|---|--|--|---|--|---|---|
| lundi | 2/10 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Chou blanc | | | | | | X | | | | | | | | X |
| | Steak de porc | | | | | | | | | | | | | | |
| | Pâtes BIO | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | Ratatouille | | | | | | | | | | | | | | |
| | Compote | | | | | | | | | | | | | | |
| mardi | Concombres vinaigrette | | | | | | X | | | | | | | | X |
| | Chili sin carne | | | | | | | | | | | | | | |
| | Riz BIO | | | | | | | | | | | | | | |
| | Jardinière de légumes | | | | | | | | | | | | | | |
| | Yaourt | | X | | | | | | | | | | | | |
| | Taboulé | X | | | | | | | | | | | | | |
| mercredi | Escalope de poulet | | | | | | | | | | | | | | |
| | Chou fleur BIO en gratin | X | X | | | | | | | | | | | | |
| | et pomme de terre | | | | | | | | | | | | | | |
| | Fromage | | X | | | | | | | | | | | | |
| | Betterave à l'orange | | | | | X | | | | | | | | | X |
| | Blanquette de veau | X | X | | | | | | | | | | | | |
| jeudi | Pommes de terre vapeur | | | | | | | | | | | | | | |
| | Carottes au jus BIO | | | | | | | | | | | | | | |
| | Fruits frais de saison | | | | | | | | | | | | | | |
| | Tomate en salade | | | | | | X | | | | | | | | X |
| | Filet de poisson en sauce | X | | | | | | | | | | X | X | X | |
| | Semoule BIO | X | | | | | | | | | | | | | |
| vendredi | Haricots palette | | X | | | | | | | | | | | | |
| | Pâtisserie maison | X | X | X | X | | | X | X | X | | | | | |

