


# École de carcans

La banane, originaire d'Asie du sud-est, est consommée depuis 7000 ans. Elle pousse dans les pays tropicaux, sur le bananier, qui n'est pas un arbre, mais une herbe géante ! Ce fruit apporte tonus et énergie, il est pauvre en graisses, c'est le goûter idéal. Il existe plus de 1000 variétés comestibles, à consommer crues ou cuites.

## Janvier 2022

Bon appétit !

lundi 3 janvier	mardi 4 janvier	mercredi 5 janvier	jeudi 6 janvier	vendredi 7 janvier
<i>Geneviève</i>	<i>Odilon</i>	<i>Edouard</i>	 <b>Repas Végétarien</b> <i>Méline</i>	<i>Raymond</i>
		<b>Carottes rapée</b>		<b>Betteraves</b>
<b>Raviolis gratiné</b>	<b>Emincé de poulet au curry</b>	<b>Poisson Meunière</b>	<b>Sauté de riz, lentilles et oignons</b>	<b>Roti de porc</b>
	<b>Brocolis Sautée</b>	<b>Épinards béchamel</b>		<b>Haricots Vendéens</b>
<b>Fromage</b>	<b>Petit filou</b>		<b>Fromage</b>	<b>Fromage blanc et coulis</b>
<b>crème chocolat</b>		<b>Beignet au pomme</b>	<b>Galette des rois</b>	

### Produits locaux

#### Produit Bio

Appellation d'Origine Protégée

#### Produit de saison

Appellation d'origine contrôlée

#### Préparation maison à base de produits frais

Spécialité Traditionnelle Garantie

#### Viande de bœuf D'origine française

Label rouge

#### Produit frais, Local et de saison

Indication géographique protégée


Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.

La banane, originaire d'Asie du sud-est, est consommée depuis 7000 ans. Elle pousse dans les pays tropicaux, sur le bananier, qui n'est pas un arbre, mais une herbe géante ! Ce fruit apporte tonus et énergie, il est pauvre en graisses, c'est le goûter idéal. Il existe plus de 1000 variétés comestibles, à consommer crues ou cuites.

## École de Carcans

Janvier 2022

Bon appétit !

lundi 10 janvier	mardi 11 janvier	mercredi 12 janvier	jeudi 13 janvier	vendredi 14 janvier
<i>Guillaume</i>	<i>Pauline</i>	<i>Tatiana</i>	 <b>Repas Végétarien</b> <i>Yvette</i>	<i>Nina</i>
<b>Potage poireaux et pommes de terre</b>			<b>Potage de légumes</b>	<b>Friand fromage</b>
<b>Escalope de porc au jus</b>	<b>Moule Marinière</b>	<b>Steak Haché</b>	<b>Hachis parmentier végétal</b>	<b>Poulet rôti au thym</b>
<b>Gratin de chou-fleur</b>	<b>Frites</b>	<b>Salsifis au jus</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Haricots plats</b>
	<b>Fromage</b>	<b>Fromage</b>		<b>Yaourt nature</b>
<b>Banane chantilly</b>	<b>Ile flottante</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Gâteau d'anniversaire</b>	

### Produits locaux

#### Produit Bio

Appellation d'Origine Protégée

#### Produit de saison

Appellation d'origine contrôlée

#### Préparation maison à base de produits frais

Spécialité Traditionnelle Garantie

#### Viande de bœuf D'origine française

Label rouge

#### Produit frais, Local et de saison

Indication géographique protégée


Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.

La banane, originaire d'Asie du sud-est, est consommée depuis 7000 ans. Elle pousse dans les pays tropicaux, sur le bananier, qui n'est pas un arbre, mais une herbe géante ! Ce fruit apporte tonus et énergie, il est pauvre en graisses, c'est le goûter idéal. Il existe plus de 1000 variétés comestibles, à consommer crues ou cuites.

## École de Carcans

Janvier 2022

Bon appétit !

lundi 17 janvier	mardi 18 janvier	mercredi 19 janvier	jeudi 20 janvier	vendredi 21 janvier
<i>Roseline</i>	 <b>Repas Végétarien</b> <i>Prisca</i>	<i>Marius</i>	<i>Sébastien</i>	<i>Agnès</i>
Potage de légumes	Œufs mayonnaise	Salade de lentilles		Pâté de campagne
Escalope de veau au jus	Chili sin carne aux haricots rouges	Escalope de volaille milanaise	Rôti de Bœuf vbf	Filet de poisson du jour
Petits pois à la française	Riz	Haricots verts	Frites	Carottes glacées
			Yaourt aux fruits	
Compote pomme banane	Poire chocolat	Panacotta vanille	Fruit de saison	Crumble aux fruits

### Produits locaux

#### Produit Bio

Appellation d'Origine Protégée

#### Produit de saison

Appellation d'origine contrôlée

#### Préparation maison à base de produits frais

Spécialité Traditionnelle Garantie

#### Viande de bœuf D'origine française

Label rouge

#### Produit frais, Local et de saison

Indication géographique protégée

Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.

La banane, originaire d'Asie du sud-est, est consommée depuis 7000 ans. Elle pousse dans les pays tropicaux, sur le bananier, qui n'est pas un arbre, mais une herbe géante ! Ce fruit apporte tonus et énergie, il est pauvre en graisses, c'est le goûter idéal. Il existe plus de 1000 variétés comestibles, à consommer crues ou cuites.

## École de Carcans

Janvier 2022

Bon appétit !

lundi 24 janvier	mardi 25 janvier	mercredi 26 janvier	jeudi 27 janvier	vendredi 28 janvier
Repas Végétarien François de Sales 	Conversion de Paul	Paule	Angèle	Thomas d'Aquin
	Potage crécy		MENU DES ENFANTS	Toast de chèvre au miel
Omelette	Cocotte de bœuf vbf Bourguignon	Saucisse grillée sauce rougail		Calamars à la romaine
Fricassée de légumes	Tortis	Semoule		Écrasé de brocolis
Yaourt local		Yaourt nature sucré		
Biscuit	Fruit de saison	Pomme au four		Fruit de saison

### Produits locaux

#### Produit Bio

Appellation d'Origine Protégée

#### Produit de saison

Appellation d'origine contrôlée

#### Préparation maison à base de produits frais

Spécialité Traditionnelle Garantie

#### Viande de bœuf D'origine française

Label rouge

#### Produit frais, Local et de saison

Indication géographique protégée

Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.