




Menus 2022

École CCAM RABASTENS



Du **lundi 3 octobre** au **vendredi 7 octobre**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre	Betterave et chèvre vinaigrette	Salade d'endive vinaigrette au miel 		Carotte râpée 	Tartinable pois chiches, carotte, feta, sésame et menthe
Plat protidique	Sauté de dinde sauce printanière	Nuggets fromage		Sauté de porc sauce aigre douce 	Filet de colin sauce citron
Sa garniture	Pomme noisette	Riz		Semoule	Purée de butternut
Produits laitiers	Fromage	Fromage		Fromage	Fromage
Desserts	Fruit frais	Crème dessert vanille		Fruit frais	Compote pomme fraise allégée
Goûters	Biscuit	Fruit frais		Biscuit	Pain et barre de chocolat



Produit local



Issu de l'agriculture biologique



bœuf Charolais





Plat végétarien



Plat du chef

Du lundi 10 octobre au vendredi 14 octobre

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre	Sardine	Concombre sauce aneth		Tartine fromage frais et tomate façon bruschetta	Gaspacho
Plat protidique	Gardiane de boeuf 	Sauté de dinde façon kébab		Bolognaise	Cube de poisson sauce façon Zarzuela
Sa garniture	Pomme de terre boulangère petits pois	Frites		(Mezze Penne)	Riz
Produits laitiers	Fromage	Yaourt sucré		Fromage	Yaourt nature
Desserts	Gâteau au yaourt et pomme 	Fruit frais		Fromage blanc stratciatella	Fruit frais
Goûters	Fruit frais	Biscuit		Compote de fruits	Pain et confiture



Produit local

FRANCE

TURQUIE

MAROC

ITALIE

ESPAGNE

SEMAINE SAVEURS MEDITERRANEENNES

Menus 2022

École CCAM RABASTENS



Du **lundi 17 octobre** au **vendredi 21 octobre**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre	Saucisson à l'ail et cornichon	Taboulé		 Carotte râpée BIO	Chou chinois mimolette
Plat protidique	Emincé de dinde sauce aigre douce	Jambon blanc beurre		Omelette BIO 	Filet de hoki sauce aux fruits de mer
Sa garniture	Courgette persillée	Boulgour et ratatouille		Semoule sauce tomate BIO	Pomme de terre sautée
Produits laitiers	Fromage blanc	Yaourt Cazaubon 		Fromage BIO	Fromage
Desserts	Fruit frais	Compote pomme banane allégée		Fruit frais BIO	Moelleux au chocolat 
Goûters	Compote de fruits	Pain et barre de chocolat		Biscuit	Fruit frais



Produit local



Issu de l'agriculture biologique



bœuf Charolais



Plat végétarien



Plat du chef