Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

		MERCREDI 01 Sep	JEUDI 02 Sep	VENDREDI 03 Sep
		Betteraves et concombres	Crêpe au fromage	Duo de pastèque et tomate
		Pavé de colin à la crème de persil	**Escalope de poulet sauce curry Bio** Colin sauce coco	Pavé du fromager à l'emmental
		Boulgour aux petits légumes Carottes au cumin	**Courgettes et Penne**	**Semoule berbère** Ratatouille
		Cotentin	Yaourt nature sucré	Fromage frais aux fruits bio
		Compote de pommes et cassis	Roulé aux framboises	**Salade aux cinq fruits**

Pêche responsable Bio

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

Des idées plein l'assiette

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

LUNDI 06 Sep	MARDI 07 Sep	MERCREDI 08 Sep	JEUDI 09 Sep	VENDREDI 10 Sep
Betteraves Bio (Plat BIO)	Friand au fromage	Poireaux vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette	Saucisson à l'ail fumé
				Salade verte
Saucisse Knack	**Pennes veg lentilles et curry**	**Couscous poulet**	Boulettes de bœuf sauce tomate Bio	**Filet de colin meunière et citron**
Parmentier de poisson		Steak soja tomate basilic	Omelette à l'emmental Bio (Plat BIO)	
Purée de pommes de terre		Semoule berbère	Pepinettes	**Pommes vapeur**
Piperade		Petits pois	**Haricots verts saveur du midi**	Poêlée aux légumes (courgette, poivron, oignon, ail, ciboulette)
Fromage blanc	Coulommiers	Tomme grise	**Petit bio fruits lait entier** (Plat BIO)	Brie Bio (Plat BIO)
Tarte au citron	**Poire ronde bio** (poire bio)	Beignets aux pommes	Compote de pommes et pêches	Banane

Bio · Pêche responsabl · Nouveauté · Origine France · Végétarien · Origine France

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

LUNDI 13 Sep	MARDI 14 Sep	MERCREDI 15 Sep	JEUDI 16 Sep	VENDREDI 17 Sep
Coleslaw *Carotte, chou blanc*	Concombre et maïs Bio *Plat BIO*	Salade de pommes de terre aux légumes	Tomates sauce fruits rouges (Sarran)	**Salade mélangée, radis & emmental**
Macaronis à l'andalouse *macaroni, légumes andalouse*	**Sauté de bœuf Bio en estouffade**	**Palette de porc sauce diable**	**Nuggets de volaille**	**Filet lieu sauce aurore**
	Poissonnette	feuilleté au chèvre	Paupiette de saumon sauce crème	
	Boulgour pilaf	Lentilles	Riz Bio pilaf	**Purée de pommes de terre**
	Petits pois	**Courgettes saveur du midi**	**Gratin de légumes provençaux**	Choux-fleurs Bio persillés *Plat BIO*
Cotentin	Pave 1/2 sel	Yaourt aromatisé	**Gouda**	Fromage fouette au sel de guerande
				Fromage frais aux fruits bio
Raisin blanc Bio *Plat BIO*	**Compote de pommes**	Cookie à la noisette	**Barre bretonne**	

Végé Végétarien · Bio Bio · Pêche responsabl · Spécialité du chef

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

LUNDI 20 Sep	MARDI 21 Sep	MERCREDI 22 Sep	JEUDI 23 Sep	VENDREDI 24 Sep
Salade haricots verts & pommes de terre	Salade de lentilles aux poivrons	Carottes et choux-blancs en rémoulade	**Duo de pastèque et tomate**	Salade haricots rouges et légumes
Galette tofu indienne Bio *Plat BIO*	Omelette à l'emmental Bio *Plat BIO*	**Cordon bleu**	**Steak haché sauce barbecue**	Galette tofu indienne Bio *Plat BIO*
		Pavé du fromager à l'emmental	Pavé de merlu	
Blé Bio *Plat BIO*	**Pommes de terre vapeur** *pomme de terre local*	Boulgour pilaf	Penne	Courgettes saveur orientale
Fondue de poireaux	Epinards à la béchamel	Ratatouille	Petits pois	Riz de grand-mère
Petit moulé noix	Yaourt aromatisé	Petit moulé ail et fines herbes	**Tomme Auvergne Bio** *Plat BIO*	Fraidou
Compote de poires	Pomme bicolore Bio *Plat BIO*	**Riz au lait à la vanille**	Muffin nature pépites chocó noir	Mousse au chocolat noir

Bio · Végétarien · Produits locaux · Origine France · Pêche responsabl · Nouveauté

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

LUNDI 27 Sep	MARDI 28 Sep	MERCREDI 29 Sep	JEUDI 30 Sep	VENDREDI 01 Oct
Duo de saucissons *saucisson nature et fumé*	Fonds d'artichauts et tomate	**Betteraves**	Tarte aux poireaux	Carottes râpées vinaigrette
Radis beurre				
Cuisse de poulet à l'américaine	Saucisse de Toulouse Bio *Plat BIO*	**Galopin de veau grillé**	**Boulgour à la cantonaise**	**Stick de colin pané et citron**
Steak soja tomate basilic	Filet de lieu noir fumé	Colin sauce aux petits légumes		
Haricots beurre saveur du midi	**Lentilles Bio** *Plat BIO*	**Coquillettes**		Riz créole
Pommes sautées	Carottes braisées	Gratin de courgettes		**Choux-fleurs persillés**
Edam bio	**Fromage blanc**	Emmental français	**Camembert**	Yaourt aromatisé
Roulé au chocolat	Cocktail de fruits à la créole	Œufs en neige au caramel	Fromage blanc et brisures de Speculoos	**Pomme bicolore Bio** *Plat BIO*

Origine France · Origine France · Végétarien · Bio · Pêche responsabl · Spécialité du chef

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

LUNDI 04 Oct	MARDI 05 Oct	MERCREDI 06 Oct	JEUDI 07 Oct	VENDREDI 08 Oct
Potage de légumes *légumes pour potage, pommes de terre*	Salade verte au maïs	Crêpe aux champignons	Celeri remoulade bio *Plat Bio*	**Concombre vinaigrette**
Riz à la mexicaine *tomate, haricot rouge, ail, riz, poivron*	**Colombo de porc Bio** *Plat BIO*	**Ravioli au saumon**	**Poulet sauce champignons**	Omelette nature Bio *Plat BIO*
	Pavé du fromager à l'emmental		Parmentier de poisson	Rissolette de porc sauce charcutière
	Brocolis	Epinards à la crème	Purée de pommes de terre	**Spaghettis**
	Spaghettis		Céleri braisé	Carottes Bio à la crème
Yaourt nature sucré	**Gouda**	Yaourt nature sucré	Bûchette mi- chèvre	Camembert Bio *Plat BIO*
Banane Bio *Plat BIO*	Fromage frais nature sucré	Cake au miel	**Salade de fruits**	**Compote de pommes**
			Fromage blanc au sirop de citron	

Végé Végétarien · Bio Bio · Spécialité du chef · Pêche responsabl

MAIRIE DE RONCHIN

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LUNDI 11 Oct	MARDI 12 Oct	MERCREDI 13 Oct	JEUDI 14 Oct (LE JOUR DU Vege)	VENDREDI 15 Oct
Taboulé Bio *Plat BIO*	Potage lentille corail, potiron & pois cassés	Houmous de pois cassés à la menthe	Tomates et concombres miel et colombo	Céleri rémoulade aux pommes
Poulet sauce curry	**Steak haché Bio** *Plat BIO*	**Croziflette**	**Torti à la mexicaine**	Mijoté de volaille aux raisins et cumin
Paupiette de saumon sauce armoricaine	Steak soja tomate basilic	Pavé du fromager à l'emmental		Filet de lieu à l'estragon
Riz de grand-mère	Purée de pommes de terre	Gratin de Crozets		Semoule Bio *Plat BIO*
Petits pois à la menthe	**Carottes au cumin**	Salade verte		Ragoût de légumes *chou vert, navets, Carottes, coriandre, Bouillon de*
Fraidou	Yaourt aromatisé	Saint-Paulin	**Fromage blanc**	Bleu
Ananas sirop épicé	Compote de pommes Bio à la vanille	Moelleux spéculoos	Yaourt vanille Bio *Plat BIO* Crème dessert au caramel	Duo de mini-beignets

Bio · Végétarien · Nouveauté · Spécialité du chef · Pêche responsabl

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

LUNDI 18 Oct	MARDI 19 Oct	MERCREDI 20 Oct	JEUDI 21 Oct	VENDREDI 22 Oct
Potage de légumes mijotés	Chou fleur sauce du verger (Sarran)	Carottes râpées vinaigrette	Friand au fromage	Œufs durs mayonnaise Bio (Plat BIO)
Pennes veg haricots paprika coco	Saucisse fumée	**Nuggets de poisson**	**Emincé de poulet bio pain d'epices**	Hachis Parmentier
	Boulettes soja tomate basilic		Filet de dorade sauce citron	**Pavé de colin sauce Nantua**
	Boulgour aux petits légumes	**Coquillettes**	Riz créole	**Purée de pommes de terre**
	Carottes et navets	Haricots verts saveur du midi	Petits pois	Blettes à la voironnaise
Yaourt nature sucré	**Gouda bio**	Carré de l'Est	Yaourt nature sucré	Fraidou
Raisin blanc Bio (Plat BIO)	Flan nappé au caramel	Clafoutis à la pêche	Compote de pommes et ananas	Fromage blanc sucré

Nouveauté · Bio · Origine France · Végétarien · Pêche responsabl

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

LUNDI 25 Oct	MARDI 26 Oct	MERCREDI 27 Oct	JEUDI 28 Oct	VENDREDI 29 Oct
Potage de légumes Bio *Plat BIO*	**Salade choubidou** *chou rouge, raisin, huile, moutarde, cassis*	Iceberg à la vinaigrette du terroir	Céleri rémoulade	Macédoine à la vinaigrette
Galopin de veau sauce charcutière	Riz méditerranéen *tomate, courgette, ail, riz, lentilles*	Accras de morue	Poulet sauce poulette	Boulettes de bœuf sauce tomate Bio
Filet de colin sauce à l'orange		Emincé de dinde à la provençale	**Pavé de colin aux petits légumes**	**Spaghetti aux fruits de mer**
Jardinière de légumes saveur du jardin		**Fondue de poireaux**	**Purée et gratin de brocolis**	Spaghettis
		Macaroni		Courgettes saveur du jardin
Edam Bio *Plat BIO*	Yaourt aromatisé	**Fromage blanc**	**Brie**	Fromage fondu à l'emmental
Flan à la vanille	Gaufre fantasia	Gâteau au yaourt	Pomme bicolore Bio *Plat BIO*	**Cocktail de fruits**

Bio — Pêche responsabl — Végétarien — Spécialité du chef

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

Au menu cette semaine - Déjeuner

Ville de RONCHIN

LE JOUR DU Végé

	MARDI 02 Nov	MERCREDI 03 Nov	JEUDI 04 Nov	VENDREDI 05 Nov
	Salade de lentilles	**Betteraves Bio en salade** *Plat BIO*	Concombre au maïs	**Salade verte**
	Ravioli à la volaille Bio *Plat BIO*	**Jambon blanc**	Couscous végétarien Bio	Cheeseburger
	Ravioli au saumon	Pavé de colin a l'oseille		**Fish burger**
	Salade verte	**Coquillettes**		Pommes smile
	Yaourt Bio sucré *Plat BIO*	Fraidou	**Camembert**	**Pave 1/2 sel**
	Roulé au chocolat	Compote de pommes	Œufs en neige au caramel	**Banane Bio** *Plat BIO*

Bio

Pêche responsabl

Des idées plein l'assiette

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

MAIRIE DE RONCHIN

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine