




CONNAUX

MENU DU MOIS DE JANVIER 2019

(sous réserve d'approvisionnement)

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Du 07 au 11	Œufs durs mayonnaise  Raviolis à la provençale Bûche de chèvre à la coupe Compote	Mais-thon Poulet rôti Potiron norman Saint morêt  Brioche des Rois	Quiche à l'emmental Braisé de bœuf aux oignons Beignets de choux fleur Petit suisse sucré Fruit de saison	Endives vinaigrette Parmentier de merlu Saint Paulin Flan au caramel
Du 14 au 18	Taboulé Escalope de poulet sauce normande Carottes à l'huile d'olive  Pont l'évêque à la coupe Fruit de saison	Laitue Feijoada (cassoulet portugais à base de saucisse de porc et de haricots rouges) Riz Petit Louis tartine Crème dessert pralinée	Chou chinois  Bolognaise de lentilles Pennes au blé complet  Mimolette Yaourt sucré	Mousse de pois chiches et toast Filet de colin meunière et citron Haricots verts persillés Vache qui rit Fruit de saison
Du 21 au 25	Mélange Hollandais (batavia, chou blanc, carottes, céleri) Spaghettis à la carbonara Emmental à la coupe Fruit de saison	Pizza et verre de perrier (eau gazeuse : région occitanie)  Emincé de soja à la tomate Purée de potiron  Petit moulé ail et fines herbes Fruit de saison	Rosette Omelette Jeunes carottes Tomme blanche Gâteau aux amandes	Taboulé de chou fleur Colin sauce provençale  Riz de Camargue Cantadou Cocktail de fruits au sirop
Du 28 Janvier au 01 février	Salade de lentilles méditerranéenne Nugget de blé Epinards à la crème Yaourt sucré Fruit de saison	Carottes râpées Financière de veau Pommes vapeur Rondelé Fromage blanc aromatisé	Salade verte  Couscous de boulettes d'agneau Camembert à la coupe Crème dessert chocolat	Salade de maïs et cœur de palmier Beignets de calamars Brocolis béchamel  Crêpe Bretonne  Confiture de fraise

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.



Pâtisseries et plats complets faits "maison"



Nos menus respectent la saisonnalité des fruits et légumes frais



Produits issus de l'Agriculture Biologique



100% de nos fruits sont locaux (<160 km) (excepté les fruits exotiques et agrumes)

En Janvier les légumes et fruits de saison sont :



Le chou fleur



La clémentine

Nous découvrirons :



L'eau à l'état gazeux

Nous fêterons :



L'Épiphanie



La chandeleur