

Périscolaire Sarasin

Semaine du 31 octobre au 4 novembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
potage de céleri		crème de panais	salade de betteraves vinaigrette à la framboise	terrines de campagne ou salade tomate-feta
tajine de légumes°	férié	rôti de porc sauce brune	émincé de bœuf à la tomate	filet de poisson au curry
semoule couscous		flageolets et riz	pommes de terre (L) et courgettes	pâtes et carottes
cantal		st paulin	carré de l'est	emmental
crème au caramel		cake au chocolat (L)	yaourt aux fruits BIO	compote (L) de fruits
Menu sans viande				
menu du jour		fricassée de poisson au citron flageolets et riz	galette de quinoa à la tomate pommes de terre (L) et courgettes	menu du jour
Goûter un composant				
tartine cotentin		petit suisse nature	fromage blanc	yaourt velouté
Goûter deux composants				
tartine cotentin et fruit		petit suisse nature et salade de fruits	fromage blanc et fruit	yaourt velouté et marbré

Périscolaire Sarasin

Semaine du 7 novembre au 11 novembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
potage aux poireaux	salade de céleri aux pommes	soupe de légumes	salade de carottes au cumin	
escalope de dinde sauce basilic	boulettes de bœuf sauce tomates-poivrons	lasagnes végétariennes	cœur de merlu à l'aneth	férié
légumes braisés (carotte-pomme de terre-potiron-oignon)	pâtes et petits légumes	salade composée	écrasé de pommes de terre et compotée de chou rouge	
brie	yaourt nature	gouda	saint paulin	
fruit frais	salade de fruits frais	compote de fruits	clafoutis aux griottes	
Menu sans viande				
pavé du fromager légumes braisés (carotte-pomme de terre-potiron-oignon)	filet de poisson sauce tomates-poivrons pâtes et petits légumes	menu du jour	menu du jour	
Goûter un composant				
fromage frais	fromage blanc-coulis de fruits	petit suisse aromatisé	fromage blanc	
Goûter deux composants				
fromage frais et brioche	fromage blanc-coulis de fruits et compote	petit suisse aromatisé et fruit frais	fromage blanc et compote	

Périscolaire Sarasin

Semaine du 14 novembre au 18 novembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
crème de chou-fleur	salade betterave-feta	potage de navets	salade de carottes à l'orange BIO	macédoine de légumes
boulettes d'agneau gratin de légumes anciens° (panais, pomme de terre, carotte)	falafel au curry pâtes BIO et haricots verts	émincé de volaille à l'estragon légumes du pot (pomme de terre, carotte, céleri, poireau)	filet de colin à la tomate riz BIO et épinards au jus	steak haché de veau sauce champignons semoule et brocolis aux oignons
vache picon	camembert	fromage de chèvre	saint paulin	coulommiers
fruit frais BIO	chou pâtissier	yaourt à la fraise	compote de pommes	salade de fruits frais
Menu sans viande				
dos de colin aux oignons gratin de légumes anciens° (panais, pomme de terre, carotte)	menu du jour	filet de poisson à l'estragon légumes du pot (pomme de terre, carotte, céleri, poireau)	menu du jour	œuf dur sauce champignons semoule et brocolis aux oignons
Goûter un composant				
fromage blanc	yaourt nature	petit suisse nature	crème chocolat	fromage blanc
Goûter deux composants				
fromage blanc et brioche	yaourt nature et fruit	petit suisse nature et salade de fruits	crème chocolat et fruit	céréales - lait et fruit

Périscolaire Sarasin

Semaine du 21 novembre au 25 novembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
salade de panais	crème de céleri	salade de tomates	salade de radis	crème de légumes
rôti de porc	dos de colin au citron	émincé de dinde	steak haché de bœuf	quiche lorraine
carottes BIO et purée	semoule BIO et haricots verts	gratin de chou-fleur et pommes de terre	riz pilaf BIO et courgettes BIO	salade verte BIO
brie BIO	cantal	saint nectaire	fripou	emmental
fruit frais	gâteau aux pommes	crème au caramel	yaourt BIO	salade de fruits frais
Menu sans viande				
steak de blé-épinards carottes BIO et purée	menu du jour	quenelle de brochet gratin de chou-fleur et pommes de terre	flan d'œufs aux champignons riz pilaf BIO et courgettes BIO	quiche aux légumes salade verte BIO
Goûter un composant				
petit suisse	yaourt nature	tartine fromage	fromage frais	fromage blanc
Goûter deux composants				
petit suisse et compote	yaourt nature et fruit	tartine fromage et salade de fruits	fromage frais et fruit	fromage blanc et gâteau

Périscolaire Sarasin

Semaine du 28 novembre au 2 décembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
velouté de légumes (carottes-pommes de terre)	salade de carottes BIO	terrines de campagne ou salade de tomates	crème de céleri	coleslaw vinaigrette
poisson pané	échine rôtie	boulettes de bœuf aux olives	cordons bleus	gratin de pâtes au fromage
bouillabaisse et fondue de poireaux	pâtes et chou rouge	purée et chou-fleur	riz BIO et petits pois	poêlée de légumes
yaourt nature	camembert	vache picon	saint paulin	tomme blanche
fruit frais	compote	crème maison aux fruits rouges	gâteau au yaourt	compote
Menu sans viande				
menu du jour	pavé de fromager pâtes et chou rouge	œuf dur sauce tomate purée et chou-fleur	cœur de merlu riz BIO et petits pois	menu du jour
Goûter un composant				
fromage blanc	yaourt aux fruits mixés	petit suisse nature	fromage frais	crème à la vanille
Goûter deux composants				
céréales - lait et fruit	yaourt aux fruits mixés et gâteau	petit suisse nature et salade de fruits	fromage frais et fruit	crème à la vanille et brioche

Périscolaire Sarasin

Semaine du 5 décembre au 9 décembre 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
potage de poireaux	salade de radis blancs	velouté de brocolis	salade de panais	saucisson à l'ail ou terrine de légumes
filet de poulet légumes couscous et semoule couscous BIO	tartiflette végétarienne salade verte BIO	blanquette de poisson pâtes BIO et potiron	boulettes d'agneau riz BIO et haricots verts	longe de porc rôtie pommes vapeur et butternut
brie	yaourt nature	coulommiers	cotentin ail et fines herbes	gouda
fruit frais	crème au chocolat	gâteau aux fruits	compote de fruits	yaourt aux fruits BIO
Menu sans viande				
omelette au fromage légumes couscous et semoule couscous BIO	menu du jour	menu du jour	cœur de merlu riz BIO et haricots verts	galette de quinoa pommes vapeur et butternut
Goûter un composant				
tartine fromage	yaourt nature	petit suisse nature	yaourt velouté	fromage blanc
Goûter deux composants				
tartine fromage et fruit	yaourt nature et fruit frais	petit suisse nature et compote	yaourt velouté et fruit	fromage blanc et gâteau