




MENU SCOLAIRE SELF JANVIER 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi		
Velouté de légumes et quinoa <i>BIO</i> Poulet rôti Penne <i>BIO</i> Saint Paulin Fruits  30	Salade de lentilles Filet de cabillaud sauce aneth Purée de potiron Yaourt nature Compote  31	NOUVEL AN  01	Betterave vinaigrette Blanquette de veau Gratin de chou-fleur et pommes de terre Vache qui rit Fruits  02	Salade mexicaine Œufs florentine Carré frais Duo d'agrumes  03		
Céréales / Lait / Compote	Pain / Fromage / Fruit		Gâteau / Yaourt nature / Compote	Crêpe au chocolat / Petit suisse / Fruit	Citron Kiwi Mandarine Orange Pamplemousse Poire Pomme	
Pâté de volaille Boeuf bourguignon Salsifis à la tomate Cabecou Galette des rois  06	Salade de concombre fêta Saumon sauce moutarde Duo haricots verts haricots beurre Emmental Semoule au lait  07	Œuf dur mayonnaise Tomate farcie végétarienne Riz pilaf Fromage blanc Fruits  08	Soupe à l'oignon Boulette de bœuf à l'indienne Semoule Babybel Crème chocolat  09	Carottes râpées vinaigrette Cassolette de poisson Pommes de terre Petits suisses aux fruits Fruits  10		
Biscuit / Yaourt / Fruit	Galettes bretonne / Lait / Compote	Pain / Fromage / Compote	Pain d'épice / Lait / Fruit	Biscuit / Fromage blanc / Compote		
Tartare de courgettes Rôti de dinde aux épices Julienne de légumes Camembert Fruits  13	Salade libanaise Cœur de merlu sauce curry Pommes de terre Rouy Compote  14	Velouté de légumes verts Sauté de veau aux champignons Carottes à la crème Coulommier Fruits  15	Salade verte et croutons Lasagne chèvre épinards Petits suisses Compote  16	Salade grecque Filet de cabillaud à la provençale Coquillettes <i>BIO</i> Fromage blanc Fruits  17		
Biscuit / Flamby	Gâteau / Fromage blanc / Fruit	Biscuit / Compote / Lait	Pain / Fromage / Fruit	Madeleine / Yaourt à boire / Compote		
Salade de perles Escalope de porc charcutière* Méli mélo de brocolis et chou-fleurs Buchette chèvre Fruits  20	Macedoine vinaigrette Chili végétarien Riz basmati Fromage blanc Ananas au sirop  21	Salade de pâtes papillon Steak haché Petits pois Cantal Fruits  22	Velouté de poireaux Navarin d'agneau Potatoes Yaourt aromatisés divers Fruits  23	Endives au gruyère Filet de colin pané Epinards à la crème Babybel Semoule au lait  24	Betterave Carotte Céleri Choux de Bruxelles Courge Endive Epinards Navet Oignon Poireau Pomme de terre	
Barre de céréales / Fromage blanc / Confiture	Biscuit / Yaourt / Fruit	Viennoiserie / Lait	Pain / Fromage / Compote	Galettes bretonne / Yaourt / Fruit		
Potage tomate vermicelles Pizza végét tex'mex Poêlée maraichère Yaourt vanille Fruits  27	Carottes râpées Filet de lieu sauce dieppoise Spaghetti Vache qui rit Compote  28	Haricots verts vinaigrette Aiguillettes de poulet Poêlée di pasta al verde Edam Pâtisserie  29	Salade verte emmental Tartiflette de Savoie à la volaille et au Reblochon AOP Reblochon AOP Petit suisse Fruits  30	Betterave à la pomme Filet de merlu sauce au beurre Brocolis sautés Coulommier Riz au lait  31		
Brioche / Compote / Petit suisse	Fruit / Fromage blanc / Petit beurre	Céréales / Lait	Pain / Fromage / Compote	Barre de céréales / Yaourt à boire		
Nos engagements: la majorité de nos produits sont issus de l'agriculture biologique, sont d'origine France et sous signe de qualité !!						
Salade de pois chiche: Pois chiche, tomates, fêta, ciboulette, olives noires, persil Salade de riz: Riz, maïs, radis, olives noires, persil, vinaigrette Tartare de courgettes: courgettes, tomates, poivrons jaunes, huile de colza, huile d'olive, sauce type vinaigrette, ail Salade Bombay: Carottes, pommes vertes, fèves, huile de sésame, curry Salade libanaise: Tomates, concombres, persil, menthe, vinaigrette Salade de lentilles: lentilles, carottes, oignon, sauce raifort Salade de perles: Pâtes perles, surimi, sauce à la crème, aneth Salade de quinoa: Quinoa, courgette, tomate, carottes, raisins secs, sauce agrumes Salade mexicaine: Haricots rouges, maïs, tomates, sauce vinaigrette Taboulé: Semoule de blé, tomates, poivrons verts, menthe, pulco, huile d'olive			Ville d'Orly  La ville d'Orly vous souhaite un bon appétit ! 			Sauce aneth: Fumet de poisson, beurre, crème liquide, échalotes, aneth Sauce moutarde: Moutarde, crème fraîche, échalotes, fumet de poisson Sauce indienne: Tomates, bouillon de bœuf, curry, lait de coco, oignons, poivrons Sauce au provençal: Fumet de poisson, oignons, poivrons, tomates, ail, olives noires Sauce dieppoise: Crevettes, moules, échalotes, ail, persil, fumet de poisson, crème Sauce au beurre: Beurre, pulco, ail, curcuma