La banane, originaire d'asie du sud-est, est consommée depuis 7000 ans. Elle pousse dans les pays tropicaux, sur le bananier, qui n'est pas un arbre, mais une herbe géante! Ce fruit apporte tonus et énergie, il est pauvre en graisses, c'est le goûter idéal. Il existe plus de 1000 variétés comestibles, à consommer crues ou Cuites.

Ecole de Bonnetan

Menus du mois

Janvier 2022



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
spécification				Repas Végétarien	
Semaine du 03 au 07.01	Bruschetta	Émincé de chou, salade, pommes et emmental		Wrap de légumes	Carottes râpées
	Macaronis	Émincé de volaille sauce aigre douce		Sauté de riz, lentilles et oignons	Échine de porc rôtie
	Sauce bolognaise	Poêlée de légumes et champignons		au curry	Haricots Vendéens
	Camembert	Petit filou		Osso -Iraty	Chèvre
	Mousse chocolat	Clémentine		Crème caramel	Galette des rois
Goûter					
spécification				Repas Végétarien	
Semaine du 10 au 14.01	Potage poireaux et pommes de terre	Champignons au Tartare		Potage de légumes	Friand fromage
	Steak haché grillé vbf	Dos de colin rôti persillade citron		Hachis parmentier végétal	Poulet rôti au thym
	Gratin de chou-fleur	Purée de pommes de terre		Salade verte	Haricots plats
	Petit suisse	Saint Nectaire		Tranche Emmental	Yaourt nature
	Banane chantilly	lle flottante		Gâteau d'anniversaire	Salade de kiwis
Goûter	_				
spécification		Repas Végétarien			
Semaine du 17 au 21.01	Potage de légumes	Œufs mayonnaise		Salade de saison	Pâté de campagne
	Paupiette de veau au jus	Chili sin carne aux haricots rouges		Rôti de Bœuf vbf	Filet de poisson du jour
	Petits pois à la française	Riz		Frites	Carottes glacées
	Mimolette	Fromage blanc		Yaourt aux fruits	Comté
	Compote pomme banane	Galette des rois		Fruit de saison	Crumble aux fruits
Goûter					
spécification	Repas Végétarien				
Semaine du 24 au 28.01	Pomme de terre tartare	Potage crécy		MENU DES ENFANTS	Salade et pain croquant au fromage
	Omelette	Cocotte de bœuf vbf Bourguignon			Calamars à la romaine
	Fricassée de légumes	Tortis			Écrasé de brocolis
	Yaourt local	Tartine de Fourme d'ambert			Brie
	Biscuit	Fruit de saison			Fruit de saison
Goûter					





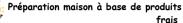


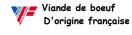


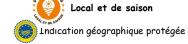












Produit frais,





