


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

Produits locaux



Produit Bio



Produit de saison



Préparation maison à base de produits frais



Viande de bœuf D'origine française



Label rouge



Produit frais, Local et de saison



Appellation d'Origine Protégée



Appellation d'origine contrôlée



Spécialité Traditionnelle Garantie



Indication géographique protégée