



**CCAS Plancoët – 13 rue Francis Cade
BP 33 - 22130 PLANCOËT 02.96.84.39.50**

Menus du 02 septembre 2019 au 18 octobre 2019

Ces menus sont donnés à titre indicatif et peuvent être soumis à un changement en fonction des livraisons ou du nombre de convives.

LEGENDE

J : FECULENTS
V : LEGUMES-FRUITES
R : POISSONS-VIANDES-ŒUFS
B : PRODUITS LAITIERS

***Les aliments en italique sont des produits bios**
 Viande de bœuf origine : viande de bœuf française
 Viande de porc origine : française bleu blanc cœur
 (Pays de Dinan)*

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Du 02 septembre au 06 septembre	JVR : Piémontaise R: Echine de porc V : Haricots verts V : Fruit	V : Carottes râpées maïs J : Spaghetti RV : Bolognaise JB : Eclair	RV : Œuf mayonnaise salade R : Poulet rôti J : Pommes de terre sautées B : Crème vanille	V : Concombre R : Poisson du jour J : Riz B : Fromage V : Fruit
Variante entrée et desserts	JR : Riz au thon V : Compote	V : Salade Tomate JB : Paris Brest	RV : Jambon salade B : Yaourt nature	V : Tomate V : Compote
Du 09 septembre au 13 septembre	V : Salade composée R : Chipolatas BV : Purée Coupe blanche et or	R : Maquereau à la moutarde R : Jambalaya de poulet V : Carottes au miel B : Fromage V : Fruits de saison	J : Perles marines R : Agneau au curry J : Semoule JB : Eclair	V : Salade de tomates R : Poisson sauce provençale J : Céréales B : Fromage V : Fruit
Variante entrée et desserts	V : Tomate vinaigrette BV : Yaourt aux fruits	VR : Jambon salade V : Compote	VR : Tomate au surimi JV : Beignet framboise	V : Kiwi V : Compote
Du 16 septembre au 20 septembre	JRV : Salade de riz au thon R : Poulet basquaise V : Carottes glacées B : Fromage V : Compote	R : Sardine au citron R : Sauté de bœuf aux fèves VB : Gratin de salsifis BV : Panna cotta fruits rouges	V : Concombre sauce bulgare R : Rôti de porc VB : Purée crécy B : Yaourt nature sucré	RV : Rillettes salade R : Filet de poisson V : Courgettes pommes de terre B : Fromage V : Fruit
Variante entrée et desserts	JR : Pommes de terre au jambon V : Fruit	RV : œuf dur salade B : Fromage blanc	V : Tomate vinaigrette B : Fromage blanc	R : Sardine au citron V : Compote

Du 23 septembre au 27 septembre	V : Pomelos R : Steak haché sauce au bleu J : Pommes de terre sautées B : Crème au chocolat	JV : Taboulé R : Paupiette de veau sauce aux pruneaux V : Duo d'haricots V : Fruit	VB : Tomate mozzarella R : Saucisse grillée J : Pâtes V : Poire au caramel	V : Betteraves ciboulette R : Poisson à l'oseille J : Riz BV : Yaourt aux fruits
Variante entrée et desserts	V : Kiwi B : Crème au caramel	JR : Riz au surimi V : Compote	VR : Salade aux lardons V : Banane chocolat	V : Tomate en salade B : Petits suisses sucrés
Du 30 septembre au 04 octobre	V : Céleri rémoulade RV : Moussaka J : Riz B : Fromage blanc	V : Tomate pesto R : Palette provençale VB : Purée de courgettes JV : Roulé confiture	V : Carottes râpées à l'orange JRB : Pâtes carbonara BJ : Tiramisu	VB : Concombre à la fête R : Merlu rôti au thym VB : Gratin d'épinard pommes de terre V : Fruit
Variante entrée et desserts	V : Carottes râpées B : Yaourt sucré	V : Salade maïs JV : Tarte aux pommes	V : Courgettes râpées B : Flamby	VJ : Tomate jambon V : Compote
Du 07 octobre au 11 octobre	V : Salade de haricots verts RV : Tajine de poulet aux abricots J : Semoule V : Fruit	R : Œuf dur mayonnaise RJ : Bull burger de veau VB : Gratin de choux fleur RB : Ile flottante	RV : Salade de lentilles lardons R : Echine de porc au miel JV : Petits pois carottes BJ : Semoule de lait	JB : Feuilleté au fromage R : Poisson meunière J : Pommes de terre vapeur B : Yaourt sucré
Variante entrée et desserts	V : Endives en salade V : Compote	RV : Jambon salade B : Yaourt sucré	J : Perles marines BJ : Riz au lait	JBV : Quiche salade
Du 14 octobre au 18 octobre	V : Macédoines R : Boulettes de bœuf à la tomate JV : Pommes de terre et salsifis B : Petits suisses	RJB : Salade jambon fromage R : Blanquette de sot l'y laisse JV : Blé aux légumes V : Fruit	RV : Salade maïs œuf dur R : Escalope viennoise J : Coquillettes J : Brownies	RV : Saucisson salade R : Poisson V : Lasagne de légumes B : Fromage V : Fruit
Variante entrée et desserts	V : Kiwi pomelos BV : Yaourt aux fruits	RV : Œuf dur salade V : Compote	V : Carottes ciboulette J : Crêpe au sucre	RV : Jambon salade V : Compote