



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

**Menus du 03 septembre 2018 au 19 octobre 2018**

*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 03 septembre au 07 septembre	V : Tomate vinaigrette RB: Escalope de volaille à la crème J: Pommes vapeur B : Fromage V : Fruit	J : Taboulé R : Bœuf au jus V : Haricots verts B : Fromage JB : Eclair au chocolat	RV : Salade œuf dur JR : Spaghetti bolognaise V : Ananas	V : Melon R : Poisson du jour JV : Riz, julienne de légumes B : Fromage V : Fruit
Variante entrée et desserts	V : Concombre V : Compote	JRV : Piémontaise JB : Paris Brest	V : Tomate vinaigrette V : Compote	V : Carottes râpées B : Yaourt
Du 10 septembre au 14 septembre	V : Carottes râpées R : Jambon forestier J : Coquillettes B : Fromage VJ : Compote biscuit	R : Maquereau à la tomate R : Cocotte de Sot l'y laisse VJ : Carottes, flageolets B : Petits suisses aux fruits	VR : Macédoine jambon VR : Steak haché provençal JV : Ratatouille, riz B : Fromage JV : Tarte aux pommes	RV : Salade saucisson R : Poisson du jour JV : Pommes vapeur et Ses légumes B : Fromage B : Mousse au chocolat
Variante entrée et desserts	V : Concombre V : Fruit	RV : Jambon salade B : Fromage blanc	VR : Salade jambon JB : Chou à la crème	RV : Rosette salade B : Mousse citron
Du 17 septembre au 21 septembre	JR : Pommes de terre au thon R : Emincé poulet au curry JV : Semoule carottes B : Fromage V : Fruit	V : Melon R : Echine de porc au miel J : Galette de pommes de terre B : Velouté	JV : Pizza salade R : Bœuf provençal JV : Pâtes haricots verts B : Ile flottante	V : Tomate maïs R : Poisson du jour JV : Blé courgette B : Fromage V : Fruit
Variante entrée et desserts	JR : Pommes de terre jambon V : Compote	V : Pastèque B : Yaourt sucré	JB : Quiche salade B : Fromage blanc	V : Salade verte V : Compote

Du 24 septembre au 28 septembre	VJR : Salade de riz niçoise R : Steak haché V : Carottes au beurre B : Fromage V : Fruit	V : Concombre R : Rôti de porc VJ : Compote pâtes B : Yaourt vanille	V : Salade pomme betteraves R : Saucisse grillée J : Lentilles B : Fromage V : Salade de fruits	RV : Salade œuf dur R : Poisson du jour JV : Pommes de terre salsifis B : Yocco aux fruits
Variante entrée et desserts	JB : Pommes de terre Au fromage V : Compote	V : Tomate B : Yaourt citron	V : Carottes râpées V : Fruit	VR : Salade jambon B : Yaourt sucré
Du 1 <sup>er</sup> octobre au 05 octobre	R : Maquereau à la tomate JB : Escalope viennoise V : Haricots verts B : Fromage V : Fruit	V : Râpé de betteraves R : Boeuf au jus JB : Carottes pâtes JB : Semoule au lait	V : Kiwi JRB : Tartiflette V : Salade B : Ile flottante	RV : Rillette salade R : Poisson du jour JV : Riz aux légumes B : Petits suisses
Variante entrée et desserts	RV : Jambon salade V : Compote	V : Carottes râpées JB : Riz au lait	V : Pomelos JB : Abricotine	RV : Œuf dur salade B : Yaourt sucré
Du 08 octobre au 12 octobre	JRV : Piémontaise R : Paupiette de veau V : Petits pois carottes B : Fromage V : Fruit	V : Concombre JRV : Couscous et ses légumes B : Yaourt sucré	V : Haricots verts vinaigrette RV : Tomate farcie J : Blé JB : Abricotine	JB : Feuilleté fromage R : Poisson du jour JV : Riz julienne B : Fromage B : Mousse chocolat
Variante entrée et desserts	JR : Riz au jambon V : Compote	V : Pomelos B : Fromage blanc	V : Concombre B : Yaourt nature	JRB : Quiche salade BV : Yaourt aux fruits
Du 15 octobre au 19 octobre	VR : Carottes râpées JR : Lasagne V : Salade B : Petits suisses sucrés	V : Concombre tomate R : Poulet basquaise VJ : Ratatouille riz B : Fromage JV : Tarte au citron	RB : Duo jambon fromage R : Chipolata JB : Purée V : Fruit	V : Potage R : Poisson du jour J : Blé BV : Yaourt aux fruits
Variante entrée et desserts	V : Kiwi B : Fromage blanc	V : Salade maïs JV : Tarte aux pommes	RV : Jambon salade V : Compote	VR : Tomate salami B : Fromage blanc sucré