



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

Menus du 02 mars 2020 au 10 avril 2020

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 bio
 Viande de bœuf origine : viande de bœuf française
 Viande de porc origine : française bleu blanc cœur (Pays de Dinan)*

	Lundi	Mardi – Menu végétarien	Jeudi	Vendredi
Du 02 mars au 06 mars	JR: Salade piémontaise R: Steak haché de boeuf V: <i>Haricots verts</i> B: Fromage V: Fruit	V : Céleri rémoulade JV : Pizza aux légumes V : Salade B : Fromage blanc	V : Carottes maïs R : Echine de porc grillée J : <i>Pâtes</i> B : Crème vanille	RV : Œuf dur salade R : Poisson du jour VJ : <i>Riz</i> - Salsifis B : Fromage V : Fruit
Variante entrée et desserts	JR : Pâtes au thon V : Compote	V : Pomelos BV : Yaourt aux fruits	V : Concombre B : Yaourt sucré	RV : Jambon salade V : Compote
Du 09 mars au 13 mars	BV : Mousse de betteraves JVR : Lasagnes maison V : Salade B : Yaourt sucré	V : Salade arlequin BJ : Galette au fromage V : Salade JV : Beignet aux pommes	RV : Saucisson salade R : Blanquette de sot l'y laisse JV : <i>Riz</i> - Haricots beurre B : Fromage V : Salade de fruits	V : Salade de <i>haricots verts</i> R : Poisson du jour J : Gratin de pommes de terre B : Yaourt
Variante entrée et desserts	V : Pomelos B : Flamby	V : Crudités JV : Beignet à la framboise	RV : Jambon salade V : Compote	V : Salade de tomate B : Fromage blanc
Du 16 mars au 20 mars	R : Sardines au citron RB : Escalope de poulet à la crème JV : <i>Pâtes</i> - Courgettes B : Fromage V : Fruit	V : Salade aux maïs JV : Nuggets de blé à la tomate V : <i>Haricots verts</i> B : Fromage JV : Crumble aux pommes	V : Concombre R : Rôti de porc échine JV : <i>Riz</i> - Champignons B : Ile flottante	RV : Rillettes salade R : Poisson du jour JV : <i>Blé</i> - <i>Petits pois</i> V : <i>Fruit</i>
Variante entrée et desserts	RV : Œuf dur salade V : Compote	V : Tomate J : Tarte au citron	V : Betteraves B : Flamby	RV : Salade au surimi V : Compote

Du 23 mars au 27 mars	V : Carottes râpées J : <i>Spaghettis</i> R : Bolognaise B : Fromage blanc	V : Haricots blanc vinaigrette R : Steak végétal V : <i>Haricots verts</i> B : Fromage J : Roulé au citron	V : Macédoine R : Agneau au curry JV : <i>Semoule - Carottes</i> V : Banane chocolat	VR : Salade niçoise R : Poisson du jour JV : <i>Riz - Haricots verts</i> B : Petits suisses sucré
Variante entrée et desserts	V : Salade de maïs B : Yaourt sucré	V : Tomate maïs JV : Compote biscuit	V : Tomate maïs V : Fruit	JR : Perles surimi B : Panna cotta
Du 30 mars au 03 avril	JV : Mini quiche R : Bull burger de veau JV : Gratin de chou-fleur B : Flamby	VB: Salade pommes de terre fromage JV: Ravioli du potager V: Salade B: Fromage V: Fruit	R : Maquereau à la tomate R : Palette provençale JV : <i>Pâtes - Epinard</i> B : Fromage blanc	VR : Saucisson salade R : Poisson du jour JV : <i>Riz - Petits pois</i> B : Fromage V : Fruit
Variante entrée et desserts	JB : Feuilleté fromage B : Yaourt sucré	R : Œuf dur mayonnaise V : Salade de fruits	VR : Salade aux lardons VB : Yaourt aux fruits	RV : Rillettes salade V : Compote
Du 06 avril au 10 avril	VR : Salade au thon R : Poulet basquaise JV : <i>Riz - Ratatouille</i> B : Fromage V : Fruit	R : Salade de <i>boulgour</i> RB : Omelette fromage V : Poêlée de champignons RJ : Beignet à la framboise	RB : Feuilleté au fromage R : Bœuf au jus V : <i>Carottes</i> au beurre B : Fromage blanc	REPAS DE FETE
Variante entrée et desserts	RV : Jambon salade V : Banane au sirop	JV : Salade de pâtes au maïs JV : Tarte aux pommes	JR : Tarte au poulet B : Yaourt aux fruits	