

RESTAURANT MUNICIPAL VILLE D'APT MARS 2017



	27 Février - 03 Mars	06 - 10 Mars	13 - 17 Mars	20 - 24 Mars	27 - 31 Mars 2017
LUNDI	Pain de poison au pistou Escalope de dinde Purée Fromage Fruit*	Chou chinois en salade Rôti de dindonneau en sauce Salsifis persillés Fromage Flan vanille	Pâté de campagne/cornichon Hachis Parmentier Salade verte* Petit suisse sucré Fruit*	Salade de pois chiches Sauté de dinde en sauce Poêlée de légumes pesto Fromage Fruit	Salade de lentilles Cuisse de pintade aux olives Ratatouille Crème dessert vanille
MARDI	Carottes râpées vinaigrette Daube de bœuf Polenta Petits suisses aux fruits Beignet aux pommes	Salade de lentilles Sauté de bœuf sauce tomate Haricots plats persillés Yaourt aromatisé Fruit*	Salade de pommes de terre Goulasch de bœuf Poêlée méridionale Fromage Tarte aux pommes	Salade de haricots verts Blanquette de veau à l'ancienne Riz au beurre Crème dessert vanille Fruit*	Saucisson/cornichon Boulettes de bœuf basquaise Boullgour au beurre Yaourt nature Liégeois
MERCREDI	Salade verte* Ragoût de veau Pomme de terre fondante Fromage blanc à la vanille Ananas au sirop	Salade verte* Tartiflette Petit suisses aux fruits Fruit*	Macédoine de légumes Lapin à la moutarde Blé au beurre Flan vanille Fruit	Salade verte* Blanc de poulet à la normande Salsifis à la provençale Fromage Fondant au chocolat	Terrine de légumes Côte de porc à la moutarde Gratin de courgettes et riz Camembert Fruit*
JEUDI	Radis croq'sel Sauté d'agneau en sauce Gratin de potiron Fromage Crème dessert chocolat	Cœur de palmier vinaigrette Cuisse de poulet Gratin de choux fleurs Fromage Eclair au chocolat	Carottes râpées vinaigrette Raviolis sauce tomate Champignons persillés Fromage Fruit*	Choux blanc en vinaigrette Sauté de porc aux pruneaux Haricots blancs à la tomate Yaourt aromatisé Fruit*	Feuilleté au fromage Ragoût de veau en sauce Poêlée asiatique Fromage blanc vanille Fraises au sucre
VENDREDI	Saucisson/cornichons Gratin de poireau/cabillaud Fromage Fruit*	Pamplemousse au sirop Pavé de saumon /citron Carottes/pomme de terre Fromage Crème dessert caramel	Salade verte* Calamar à l'espagnol Riz au beurre Crème dessert chocolat Fruit*	Œuf dur mayonnaise Filet de colin sauce estragon Fondue de poireaux Fromage Semoule au lait à la vanille	Coleslaw Saumon sauce à l'oseille Pommes de terre sautées Pavé d'affinois Fruit*

Diététicienne : Melle Quintao Sophie

Collectif des *
agriculteurs
du Luberon **



BiO
...et tellement plus !

Les menus sont prévus à titre indicatif et peuvent être modifiés en fonction des livraisons et des impératifs du moment.

En bio, l'interdiction des pesticides de synthèse est bénéfique pour tous, agriculteurs et consommateurs.

Plusieurs études montrent que la plupart des produits bio ne contiennent pas de résidus de pesticides, contrairement aux produits conventionnels. On peut donc consommer sans risque la peau des fruits et légumes bio, source de fibres, minéraux et vitamines. (il reste nécessaire de laver le fruit avant consommation)