

MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 01 au 05 Mars 2021



			Plat Végétarien	
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Pomelos et sucre Mâche et maïs	 Betterave vinaigrette	Potage de légumes racines	Salade de pomme de terre au pesto Radis beurre	 Salade coleslaw
 Goulash de Bœuf* Chili sin carne (plat complet : riz, soja, haricots rouges, tomate)	Nuggets de poisson emmental Cordon bleu de dinde	 Roti de porc sauce charcutière*  Filet de lieu frais sauce persane*	 Couscous végétarien	 Sauté de bœuf au jus Hoki sauce citron
Haricots beurre Riz créole	Pommes de terre Brocolis persillés	Boulgour  Courgettes persillées	Légumes couscous Semoule	 Coquillettes Ratatouille
Fraidou Vache Picon	Fromage blanc et sucre Yaourt nature et sucre	Cantal AOP	Bûchette mélange Coulommiers	Tomme Blanche Carré
Donut's Beignet au chocolat	Fruit de saison Fruit de saison	Compote de pomme	 Fruit de saison	Liégeois chocolat Liégeois vanille
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER
GAUFRETTE NOISETTE	BAGUETTE	MADELEINE	PAIN AU CHOCOLAT	PAIN AU LAIT
YAOURT AROMATISE	CANTADOU	FROMAGE BLANC NATURE SUCRE	FROMAGE FRAIS SUCRE	LAIT AROMATISE
FRUIT DE SAISON	JUS DE POMME	FRUIT DE SAISON	COMPOTE DE POMME FRAISE ALLEGEE EN SUCRE	FRUIT DE SAISON

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



* Sauce Goulash : fond brun, tomate concentrée, carotte, oignon, farine
Sauce Persane : soupe de poisson, crème liquide, oignon, carotte, ersatz safran
Sauce charcutière : Bouillon, concentré de tomate, oignon, cornichon

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits : iits

MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 08 au 12 Mars 2021



Plat Végétarien									
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI					
Potage de brocolis qui rit	Carottes râpées	Friand au fromage	Tartinade de haricots blancs	Céleri rémoulade					
Curry de pomme de terre et petits pois (plat complet)	Boulettes de mouton sauce catalane*	<i>Aiguillettes de poulet sauce Dijonnaise*</i>	<i>Rôti de bœuf jus aux herbes*</i>	Fricassée de thon sauce armoricaine*					
	Raviolis au saumon (plat complet)	<i>Œufs durs à la florentine (plat complet)</i>	<i>Pavé de colin sauce Basquaise*</i>	Pané fromager					
Salade verte	Tortis	Epinards au gratin	Haircots verts persil	Pommes sautées					
	Ratatouille		Riz	Purée de potiron					
Brie	Montcadi croûte noire	Petit fromage frais fruité	Emmental	Saint-Môret					
Camembert	Saint-Paulin		Cheddar	Croc'lait					
Fruit de saison	Dessert lacté au chocolat	Fruit de saion	Fruit de saison	Smoothie kiwi pommes					
Fruit de saison	Dessert lacté au caramel		Fruit de saison						
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER					
GAUFRE	BAGUETTE ET PATE A TARTINER	CEREALES AUX CHOCOLAT	CROISSANT	GATEAU FOURRE CHOCOLAT					
FROMAGE BLANC NATURE SUCRE	YAOURT AROMATISE	LAIT	FROMAGE FRAIS FRUITE	YAOURT NATURE SUCRE					
JUS D'ORANGE	FRUIT DE SAISON	COMPOTE DE POIRE ALLEE EN SUCRE	JUS MULTIFRUIT	FRUIT DE SAISON					

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



Sauce catalane : fond brun, carotte, oignon, épices chili, piment rouge, tomate, persil
Sauce Dijonnaise : béchamel, bouillon de viande, oignon, moutarde
Jus aux herbes : jus de viande, oignon, thym, ail
Sauce Basquaise : fumet de poisson, tomate concentrée, poivron, oignon, farine

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 15 au 19 Mars 2021



				Plat Végétarien
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Potage potiron	 Radis beurre	 Rillettes de thon et Vache qui Rit	Concombre sauce tzatziki* Dips de carottes sauce tzatziki*	Mâche et betteraves Salade batavia et croûtons
Colin sauce tomate*  Sauté de bœuf sauce paprika*	Wings de poulet et sauce barbecue Crêpe au fromage	 Sauté de bœuf sauce provençale* Frittata de pommes de terre au pesto et chèvre (plat complet)	 Jambon blanc Jambon de dinde	 Farfales aux légumes du Sud (plat complet)
 Brocolis Riz	Potatoes Poêlée de légumes	 Semoule Poireaux sauce blanche	 Purée de céleri Gratin de chou-fleur sauce thym	(farfales) Carottes au jus
Petit Cotentin Cantafrais	Pont l'évêque AOP Munster AOP	Gouda	Yaourt aromatisé Yaourt nature et sucre	 Fromage blanc et sucre
Fruit de saison Fruit de saison	Mousse au chocolat noir	Fruit de saison	 Gâteau de quinoa aux poires et noisettes	Compote de pomme / abricot Compote de poire
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER
BAGUETTE	MOELLEUX CITRON	CORN FLAKES	PALMIERS	CROISSANT
PETIT MOULE	YAOURT NATURE SUCRE	LAIT	FROMAGE BLANC SUCRE	YAOURT AROMATISE
JUS DE POMME	FRUIT DE SAISON	COMPOTE DE POMME BISCUIT	JUS MULTIFRUIITS	JUS D'ORANGE

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



Sauce tomate : pulpe de tomate, oignon, ail, poivre
Sauce tzatziki : fromage blanc, menthe, citron
Sauce paprika : bouillons de viande, paprika, carotte, ail, farine
Sauce provençale : fond brun, pulpe de tomate, herbes de provençales, carotte, oignon, farine, persil

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 22 au 26 Mars 2021



			Plat Végétarien	
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Champignons vinaigrette <i>Cœur de palmier</i>	Salade de coquillettes au curry Salade lentilles à l'échalote	 Potage de légumes et croûtons	 Carottes râpées vinaigrette	Tomate concassées maïs et chips tortilla Macédoine mayonnaise
 Colombo* de dinde Colin sauce créole*	 Sauté de bœuf au jus Filet de colin sauce estragon*	<i>Parmentier de poisson blanc et potiron</i> <i>Parmentier de bœuf et potiron</i>	 Omelette	 Tajine de bœuf  Filet de lieu frais sauce tomate*
 Riz Ratatouille Rondelé nature Fraidou	 Haricots vert à l'ail Blé à la tomate Petit fromage frais fruité Petit fromage frais sucré	Salade verte Brie	Epinards béchamel Serpentini Emmental IND Mimolette IND	Semoule Gratin de brocolis Yaourt nature et sucre Yaourt aromatisé
Dessert lacté au chocolat Dessert lacté à la vanille	 Fruit de saison	 Fruit de saison	Beignet aux pommes Beignet framboise	Fruit de saison Fruit de saison
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER
MADELEINE LAIT FRUIT DE SAISON	PAIN AU CHOCOLAT YAOURT NATURE SUCRE COMPOTE DE POIRE ALLEGEE EN SUCRE	ETOILE MARBREE PETIT FROMAGE FRAIS SUCRE JUS DE POMME	BAGUETTE CONFITURE YAOURT AROMATISE FRUIT DE SAISON	PETIT BEURRE LAIT CHOCOLAT JUS MULTIFRUITES

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



Sauce colombo : mélange épices colombo, bouillon de viande, oignon, farine
Sauce Créole : champignons de Paris, crème liquide, soupe de poisson, noix de coco, carottes, oignons, farine
Sauce estragon : bechamel, fumet de poisson, estragon, oignon, farine
Sauce tomate : tomate, oignon, poivre, ail

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 29 Mars au 02 Avril 2021



		Plat Végétarien		
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Betteraves vinaigrette	Lentilles à l'échalote	Coleslaw	Pomelo et sucre	Œuf dur mayonnaise
Achard de légumes	Salade de pois chiches		Salade verte vinaigrette	Œuf dur sauce cocktail
Merguez	 Sauté de bœuf sauce Strogonoff*	 Omelette	 Escalope de dinde aux champignons	 Filet de lieu sauce crème
Colin d'Alaska sauce basilic*	Tarte Provençale		 Gigot d'Agneau au jus	Merlu sauce crème
Pommes noisettes	Mélange de légumes racines	Haricots beurre persillés	 Riz	Purée de courgette
Jardinière de légumes	Riz	 Semoule	Legumes couscous	Gratin de chou-fleur
Bûche mélange	 Yaourt nature et sucre	Saint-Paulin	Cantafrais	Camembert IND
Brie			Cantadou ail et fines herbes	Fromage frais sucré
 Fruit de saison	Fruit de saison	Tarte au flan	 Smoothie poire pommes ananas	Fruit de saison
	Fruit de saison			Fruit de saison
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER
PAIN D'EPICES	CROISSANT	MADELEINE	BAGUETTE ET PATE A TARTINER	GAUFRE
YAOURT NATURE SUCRE	LAIT ET SIROP DE FRAISE	FROMAGE BLANC SUCRE	FROMAGE FRAIS FRUITE	LAIT
JUS ORANGE	COMPOTE DE POMME	FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON	COMPOTE DE POIRE ALLEGEE 1 SUCRE

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



Sauce basilic : fumet de poisson, basilic, bechamel, oignon, crème fraîche
Sauce Strogonoff : paprika, fond brun, laurier, concentrée de tomate, carotte oignon
Sauce crème : crème liquide, fumet de poisson, béchamel, échalote

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 05 au 09 Avril 2021



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	
<p>Férié</p> 	Salade de lentilles	 Betteraves vinaigrette	Concombres sauce crème ail et fines herbes	Céleri rémoulade	
	Salade de haricots blancs		 Salade verte, radis rondelle et vinaigrette miel moutarde	Chou chinois et vinaigrette	
	Dés de poisson sauce provençale*	 Sauté de bœuf au jus	<i>Aiguillettes de poulet tex mex sauce barbecue</i>	 Sauté d'agneau sauce herbes*	 Couscous végétarien
	Ratatouille	Filet de hoki huile sauce citron*	Cassolette de poisson sauce Bretonne*		
	Pommes de terre vapeur	Pommes de terre noisettes	Haricots plats	Légumes couscous	
	 Vache qui rit	Petits pois	Riz	Semoule	
	Fruit de saison	 Fruit de saison	Petit Cotentin	Munster AOP	
	Fruit de saison		Rondelé ail & fines herbes	Pont l'évêque AOP	
	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	
	GALETTE GEANTE	BAGUETTE	PAIN AU CHOCOLAT	ETOILE MARBRE	
	YAOURT AROMATISE	MIMOLETTE	LAIT	YAOURT NATURE SUCRE	
	JUS D'ORANGE	COMPOTE POMME FRAMBOISE	FRUIT DE SAISON	JUS DE POMME	

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



Sauce provençale : fond brun, pulpe de tomate, herbes de provences, carotte, oignon, tarine, persil
Sauce citron : fumet de poisson, crème liquide, citron, béchamel
Sauce herbes : jus de viande, oignon, thym, ail
Sauce Bretonne : fumet de poisson, béchamel, champignons de Paris, crème liquide, oignon, farine

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 12 au 16 Avril 2021



				Plat Végétarien
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Endives en vinaigrette	Salade de pommes de terre et ciboulette	 Coleslaw	Salade verte et crumble noisette	Concombre vinaigrette
Haricots beurre vinaigrette	Salade de boulgour, tomate et cœur de palmier		Salade mâche et croûtons	Salade de champignons
Colin d'Alaska sauce Basquaise*	Cordon bleu de volaille	 Sauté de porc sauce diable*	 Rôti de bœuf au jus	 Ambale de riz à l'Espagnole (plat complet : riz; lentilles, poivrons, courgettes, oignons, tomate)
 Emincé de bœuf sauce herbes*	Farfales légumes du Sud (plat complet)	Tarte aux légumes	Omelette au fromage	
Haricots verts	Poêlée de navets et carottes	Epinards béchamel	 Purée de courgettes	
 Penne rigate	(farfales)	Pomme de terre	Carottes au jus	
Brie	Emmental IND	Mimolette	Yaourt nature et sucre	Coulommiers
Tomme blanche	Vache Picon		Yaourt aromatisé	Fromage frais sucré
Liégeois au chocolat	Fruit de saison	 Fruit de saison	 Cake chocolat & crème fouettée	 Purée de pomme
Liégeois à la vanille	Fruit de saison			
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER
BARRE BRETONNE	BAGUETTE ET CONFITURE	GATEAU FOURRE CHOCOLAT	CROISSANT	GAUFRETTE NOISETTE
LAIT AU CHOCOLAT	YAOURT AROMATISE	FROMAGE FRAIS SUCRE	LAIT AROMATISE	FROMAGE FRAIS FRUITE
COMPOTE DE PECHE ALLEGEE EN SUCRE	JUS DE POMME	COMPOTE POMME FRAMBOISE ALLEGEE EN SUCRE	FRUIT DE SAISON	JUS D ORANGE

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



Sauce Basquaise : tumet de poisson, tomate concentree, poivron, oignon, tarine

Sauce herbes : jus de viande, oignon, thym, ail

Sauce diable : tomate concentrée, fond brun, vinaigre d'alcool, piment rouge, oignon, fécule de pomme de terre

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 19 au 23 Avril 2021



	Plat Végétarien	Vive les vacances !!		
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Crêpe au fromage	Endives et croûtons	Macédoine mayonnaise	Chou chinois vinaigrette balsamique	Concombre façon tzatziki
 Goulash de bœuf*	 Nuggets de blé	 Sauté de saumon sauce crème*	 Emincé de dinde sauce indienne*	Saucisse de Strasbourg
Colin d'Alaska sauce tomate		 Sauté de dinde sauce caramel*	 Sauté de bœuf sauce paprika*	Saucisse de volaille
Carottes au jus	Brocolis et Pomme de terre	 Riz BIO semi-complet	Frites	 Lentilles à l'ancienne 
Boulgour			Courgettes persillées	
Fraidou	Edam	Petit fromage frais fruité	 Brie	Cantal AOP
 Fruit de saison	Flan pâtissier	Fruit de saison	 Smoothie pomme abricot banane	Dessert lacté au chocolat
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER
GATEAU FOURRE CHOCOLAT	PAIN AU CHOCOLAT	CEREALES	BAGUETTE	BAGUETTE ET CONFITURE
YAOURT NATURE SUCRE	FROMAGE BLANC SUCRE	LAIT	GOUDA	FROMAGE FRAIS FRUITE
COMPOTE POMME FRAMBOISE	FRUIT DE SAISON	COMPOTE DE POMME	COMPOTE DE POMME	FRUIT DE SAISON

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



Sauce Goulash : fond brun, tomate concentrée, carotte, oignon, farine
Sauce indienne : bouillon de volaille, curry, oignon, raisin sec, thym, laurier
Sauce crème : crème liquide, fumet de poisson, béchamel, echalote

Sauce caramel : jus de viande, sucre, farine de riz, vinaigre de vin / Sauce paprika : bouillons de viande, paprika, carotte, ail, farine

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



MENU SCOLAIRE VELIZY
Semaine du 26 au 30 Avril 2021



Vive les vacances !!			Plat Végétarien	
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Chou chinois vinaigrette	Tarte au fromage	Rillettes de sardine à l'Espagnole	 Carottes râpées vinaigrette au fromage blanc	Tomate vinaigrette ciboulette
 Sauté d'Agneau sauce herbes*	 Blanquette de veau	 Rôti de dinde sauce tomate*	 Clafoutis printanier pommes de terre mozzarella	 Colin d'Alaska pané et citron
Colin d'Alaska ti'légumes	Dés de poisson sauce persane*	Galette boulgour et pois chiche		 Emincé de bœuf au jus
Torti 3 couleurs	 Poêlée de légumes	Polenta crémeuse	Salade verte	Purée de chou-fleur
 Haricots verts persillés	Pommes de terre	Ratatouille		Blé
Mimolette	Camembert	Petit fromage frais sucré	Saint-Nectaire AOP	Saint-Moret
Compote pomme framboise	Fruit de saison	 Fruit de saison	Semoule au lait	Fromage blanc caremel et muesli
GOUTER	GOUTER	GOÛTER	GOUTER	GOUTER
PETIT BEURRE	BAGUETTE	PAIN AUX RAISINS	MADELEINE	BAGUETTE ET PATE A TARTINER
LAIT CHOCOLAT	VACHE PICON	LAIT	YAOURT NATURE SUCRE	YAOURT AROMATISE
FRUIT DE SAISON	COMPOTE POMME ABRICOT ALLEGEE EN SUCRE	COMPOTE POMME BANANE ALLEGEE EN SUCRE	JUS DE POMME	FRUIT DE SAISON

MENU RECOMMANDE ET CONFORME AU GEMRCN



Sauce herbes : jus de viande, oignon, thym, ail
Sauce tomate : pulpe de tomate, oignon, ail, poivre
Sauce persane : soupe de poisson, farine, carotte, oignon, ersatz, ciboulette

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

