

# MENUS SCOLAIRES

à table les enfants !

JANVIER 2022  
DU 3 AU 28 JANVIER 2022

<p><b>Lundi 3</b></p> <p>Potage  <b>Omelette emmental</b> Frites ketchup Yaourt fruits  ou Fromage blanc sucré </p>	<p><b>Mardi 4</b></p> <p>Carottes râpées  à l'orange Filet de poisson aux 3 céréales Riz sauce tomate Fruit de saison </p>	<p><b>Jeudi 6</b></p> <p>Salade  aux dés de féta Steak haché de poulet <b>Galette de boulgour</b> Jeunes carottes à la crème Cubes pommes de terre frites  Galette des rois</p>	<p><b>Vendredi 7</b></p> <p>Pizza maison Chipolatas <b>Filet meunière</b> Compote de pommes Pommes vapeur Babybel  Fruit de saison </p>
<p><b>Lundi 10</b></p> <p>Tarte au fromage Filet de colin pané aux graines de millet Poireaux à la crème Pommes vapeur Fruit de saison </p>	<p><b>Mardi 11</b></p> <p>Concombre bulgare  Rôti de porc aigre doux <b>Filet de cabillaud sauce aigre douce</b> Gnocchis Yaourt nature sucré  ou Yaourt vanille </p>	<p><b>Jeudi 13</b></p> <p>Cèleri rémoulade  <b>Jambalaya végétarien maison*</b> Fromage croc'lait  Tarte normande</p>	<p><b>Vendredi 14</b></p> <p>Potage  Sauté de bœuf frais  forestier <b>Omelette</b> Frites Fruit de saison </p>
<p><b>Lundi 17</b></p> <p>Potage  Rôti de dinde sauce crème <b>Blanquette de poisson</b> Petits pois Fruit de saison </p>	<p><b>Mardi 18</b></p> <p>Carottes râpées  <b>Risotto végétarien maison**</b> Yaourt nature sucré  ou Petits suisses fruits </p>	<p><b>Jeudi 20</b></p> <p>Tarte aux poireaux Filet de merlu Sauce petits légumes Haricots verts Pommes vapeur Fruit de saison </p>	<p><b>Vendredi 21</b></p> <p>Potage  Tortis à la carbonara <b>Tortis au poisson</b> Coupe de crème spéculoos</p>
<p><b>Lundi 24</b></p> <p>Potage  Rissollette de veau <b>Filet de poisson pané à la tomate</b> Lentilles au jus Fruit de saison </p>	<p><b>Mardi 25</b></p> <p>Salade mixte aux légumes  Cassollette de saumon Cœur de blé et brunoise du soleil Yaourt fruits  ou Yaourt nature sucré </p>	<p><b>Jeudi 27</b></p> <p>Salade verte  à la mimolette Poulet rôti <b>Calamars à la romaine</b> Chou-fleur au gratin Pommes vapeur Mousse chocolat noir  ou Crème dessert vanille </p>	<p><b>Vendredi 28</b></p> <p>Potage frais carottes et fromage fondu <b>Omelette nature</b> Crispers de pommes de terre Salade  Vache qui rit  Fruit de saison </p>

\*Jambalaya végétarien : mix perles quinoa tomates séchées (alpina), courge en dés, pois chiche, tomates concassées, paprika, oignon, cumin

\*\*Risotto végétarien (Poêlée 4 saison d'aucy + pepinettes) : pepinettes lentilles corail, butternut, patate douce, carottes jaunes, panais, oignons, fèves de soja

 Produit issu  
de l'agriculture  
biologique

 Produits issus  
des Hauts-  
de-France

les fruits et légumes, le lait et  
les produits laitiers distribués  
lors du repas de midi sont  
subventionnés dans le cadre  
du programme de l'Union  
Européenne à destination  
des écoles.

Menu 2 :

**Menu sans viande (indiqué en violet)**

**Menu végétarien (indiqué en vert)**



**Tourcoing**

www.tourcoing.fr