

Cantine de Najac

Menu de JANVIER 2022

Lundi 3 janvier	Mardi 4 janvier	Jeudi 6 janvier	Vendredi 7 janvier
Tarte aux 3 fromages maison Steak haché ⁽⁴⁾ Petit pois/Carottes ⁽⁵⁾ Biscuit roulé au chocolat	Potage aux légumes ⁽⁵⁾ Omelette (bio) Pommes de pin, flan asperges/carottes Crumble aux pommes ⁽⁵⁾	Salade ⁽⁵⁾ aveyronnaise Saumon à la crème Epinards béchamel Galette des rois	Salade Marco Polo Rôti de porc ⁽²⁾ Haricots verts Banane
Lundi 10 janvier	Mardi 11 janvier	Jeudi 13 janvier	Vendredi 14 janvier
Salade ⁽⁵⁾ aux 2 fromages Spaghetti bolognaise ⁽⁴⁾ ⁽⁵⁾ Salade d'oranges aux épices	Betterave/Salade ⁽⁵⁾ /Maïs Lentilles (bio)/Galette pois chiches/PDT au four ⁽⁵⁾ Yaourt ⁽¹⁾	Potage aux légumes ⁽⁵⁾ Poulet ⁽³⁾ Frites Petit suisse/biscuit	Méli-mélo 3 céréales (bio)/Avocat Dos de cabillaud à la crème Carottes vichy Gâteau poire/chocolat
Lundi 17 janvier	Mardi 18 janvier	Jeudi 20 janvier	Vendredi 21 janvier
Salade / Carottes ⁽⁵⁾ /Maïs Saucisses ⁽²⁾ Purée de pommes de terre ⁽⁵⁾ Clémentine	Potage aux vermicelles Duo de poisson à la crème Chou fleur béchamel Galette des rois	Carottes ⁽⁵⁾ / Chou fleur / Betterave Lentilles (bio) Spaghetti aux légumes ⁽⁵⁾ Fromage blanc ⁽¹⁾	Tarte aux poireaux ⁽⁵⁾ Poulet au curry Semoule (bio) Salade de fruits
Lundi 24 janvier	Mardi 25 janvier	Jeudi 27 janvier	Vendredi 28 janvier
Carottes ⁽⁵⁾ / Chou fleur / Brocolis Sauté de veau ⁽⁴⁾ Riz (bio) Crème vanille maison	Betteraves/Salade/Chou rouge/pommes/ ⁽⁵⁾ Tajine de légumes ⁽⁵⁾ Semoule (bio) Faisselle au coulis de fruits rouges	Potage aux légumes ⁽⁵⁾ Poulet ⁽³⁾ Frites Eclair au chocolat	Quiche maison Dos de cabillaud meunière Méli-mélo légumes d'hiver ⁽⁵⁾ Poire Belle-Hélène (glace vanille bio) ⁽¹⁾

PRODUITS LOCAUX

(1) Ferme Cœur de Vache (bio) – 82160 Castanet

(2) Ferme du Py – 12270 Najac

(3) CEE des Sources – Les poulets de Gilles (bio) – 12270 Najac

(4) GAEC Lafon – 82330 Ginals

(5) Légumes des Maraîchers du Pré d'Ici

Pain de la boulangerie Delmur
et de Julien Couderc (bio)