
























## MENUS OCTOBRE 2022

Ecole primaire Françoise Dolto à Vars

|  <b>Lundi 03/10</b>   | <b>Mardi 04/10</b>   | <b>Jeudi 06/10</b>  | <b>Vendredi 07/10</b>  |
|---|--|---|--|
| Brocolis, féta, huile d'olive<br>Omelette<br> Salade verte<br> Lait<br>Pâtisserie           |  Tomate vinaigrette<br>Filet de dinde<br> Carottes persillées<br>Riz au lait                   | Salade de pâtes <br>Steak haché<br>H. verts<br> Fromage (Gouda)<br>Fruit              |  Concombre sauce<br>fromage blanc<br>Dos de Colin<br> Riz<br>Crème dessert chocolat<br> |
| SEMAINE DU GOUT   |  |   |  |
| <b>Lundi 10/10</b>  | <b>Mardi 11/10</b>   |  <b>Jeudi 13/10</b><br>Halloween VG  | <b>Vendredi 14/10</b>  |
|  Salade verte au gruyère<br>Sauté de Porc au curry<br>Poêlée de légumes<br> Semoule au lait |  Carottes céleri râpés<br>Petit salé<br>Lentilles<br> Fromage blanc<br>Raisins                |  Potage de potimarron<br>(PDT + châtaigne)<br>Galette de Soja<br>Sauce tomate<br>Blé<br>Fromage (Mimolette)<br>Fruit (poire)   |  Salade de PDT<br>Bœuf braisé<br>Gratin de chou-fleur<br>Fromage (Coulommiers)<br>Pomme   |
| <b>Lundi 17/10</b>  |  <b>Mardi 18/10</b>   | <b>Jeudi 20/10</b>  | <b>Vendredi 21/10</b>  |
| Feuilleté au fromage<br>Filet de Poisson<br>H. beurres<br>Fromage (Leerdammer)<br>Fruit de saison   |  Duo de choux<br>Tagliatelles aux légumes<br> + Pois chiches<br>Brie<br>Mousse au chocolat |  Taboulé<br>Rôti de Veau<br>Courgettes<br> Fromage (Rondelé)<br>Corbeille de fruits |  Carottes râpées<br>Poulet<br>Frites<br>Plateau de fromage<br>Compote de pomme  |

Menus validés par C. BELLIVIER, diététicienne

Légende :

BIO 

Agri local 

Menu végétarien 

*Le mardi et vendredi sera servi du pain issu de farine Bio  
 Menus susceptible de modification en fonction des approvisionnements*



Le Maire de Vars

Jean Marc de LUSTRAC