





























MENUS JANVIER 2023

Ecole primaire Françoise Dolto à Vars

	Mardi 03/01	Jeudi 05/01	Vendredi 06/01
	S. d'agrumes (pomelo, orange) Steak haché Haricots verts Lait Galette des Rois	 Potage de légumes Filet de poisson  Riz pilaf Fromage Fruit de saison	 Betteraves crues aux pommes  Rôti de Porc  Carottes persillées Flan vanille
Lundi 09/01	Mardi 10/01	 Jeudi 12/01	Vendredi 13/01
 Salade de pâtes Escalope de Dinde Brocolis  Fromage Fruit de saison	 S. endives, thon, fromage Filet meunière  Epinards Riz au lait	 S. de lentilles  Omelette PDT/fromage Salade verte Fromage Fruit de saison	 Velouté de potiron et châtaignes Sauté de Veau Cœur de blé Fromage Fruit de saison
Lundi 16/01	 Mardi 17/01	Jeudi 19/01	Vendredi 20/01
 Salade verte au thon Gigot d'Agneau Flageolets Fromage Compote	 Radis au beurre Tagliatelles aux légumes (+ pois chiches) Fromage Fruit de saison	 Taboulé Poulet Haricots beurres  Fromage blanc aux fruits	 Carottes râpées  Filet de poisson Chou-fleur Lait Pâtisserie
Lundi 23/01	Mardi 24/01	Jeudi 26/01	 Vendredi 27/01
 Duo de choux  Spaghettis à la bolognaise Petits suisses aux fruits	 Maquereaux à la tomate  Filet de Dinde Pâtes Fromage Fruit de saison	 Endives aux noix Saucisses Haricots blancs Fromage Compote	S. de PDT Galette de Soja Petits pois Fromage Fruit de saison
Lundi 29/01	Mardi 30/01		
Pâté de Campagne Filet de poisson Salsifis Fromage Banane	 Céleri et carottes râpées Rôti de Bœuf Frites Yaourt aux fruits		

 Produits issus de l'agriculture biologique

 Produits issus d'Agrilocal

 Menu végétarien



Le Maire de Vars

Joan Marc de L'ISTRAC

Menus validés par Mme BELLIVIER, diététicienne

Le mardi et le vendredi sera servi du pain issu de farine bio. Viandes françaises.

Menus susceptibles d'être modifiés en fonction des approvisionnements.