

La grande famille des courges regroupe par exemple les potirons, courgettes, butternut, citrouille, pâtissons... Légume pauvre en calories, on le cuisine sous de très nombreuses formes, et même les graines de certaines variétés !

Ecole de Béguey

Menus du mois

Décembre 2021



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>spécification</i>				<i>Repas Végétarien</i>	
Semaine du 29.11 au 03.12	Cordon bleu Haricots verts persillés Brie Fruit de saison	Velouté de Butternut Spaghettis bolognaise Yaourt vanille local	Carottes râpées Saucisse de Toulouse Lentilles BIO Camembert Pomme au four	Velouté de potimarron Omelette au fromage Salade verte Pain perdu	Betterave vinaigrette Brandade de saumon Salade verte Fruit de saison
Goûter					
<i>spécification</i>	<i>Repas Végétarien</i>				<i>Gâteau d'anniversaire</i>
Semaine du 06 au 10.12	Galette végétarienne Gratin de brocolis Emmental Crème dessert chocolat	Crème Dubarry Sauté de boeuf VBF Riz BIO Fruit de saison	Radis rond beurre Emincé de dinde aux oignons Choux fleur Béchamel Chèvre Compote de pomme	Duo de choux Rôti de porc VPF Haricots Blanc BIO Fruit de saison	Gâteau d'anniversaire Soupe de Potirons Fish and Chips Frites fraîches Moelleux au Citron
Goûter					
<i>spécification</i>		<i>Repas de Noël</i>		<i>Repas Végétarien</i>	
Semaine du 13 au 17.12	Sauté de poulet mariné Coquille BIO Camembert Fruit de saison	Salade de Noël Sauté de canard au marron Pomme Noisette Omelette Norvégienne Chocolat de Noël	Feuilleté au fromage Steak Haché VBF Gratin de citrouille Edam Sundae au caramel	Velouté de champignons Tartiflette végétarienne Yaourt citron local	Salade Coleslaw Beignet de calamars Epinards à la crème Mousse au chocolat
Goûter					



Produit Bio



Produit de saison



Préparation maison à base de produits frais

Viande de boeuf D'origine française



Produit frais, Local et de saison



Appellation d'Origine Protégée



Appellation d'origine contrôlée



Spécialité Traditionnelle Garantie



Label rouge



Indication géographique protégée