

La carotte n'a pas toujours été orange ! Il en existe 500 variétés, violette, rouge, blanche, jaune, longues, rondes, grandes, petites... Crues, cuites, en entrée, plat, dessert, ou boissons, elle se consomme comme on veut ! Très riche en vitamines fibres et minéraux, elle est pauvre en calories.

# Ecole de Béguéy

Menus du mois

FEVRIER 2022



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
spécification		<b>NOUVEL AN CHINOIS</b>		<b>CHANDELEUR</b>	<b>Repas Végétarien</b>
Semaine du 31.01 au 04.02	Cordon bleu Coquillettes BIO Emmental Fruit de saison	Nems aux légumes Riz Cantonnais BIO Poulet au caramel Salade de fruits exotiques	Pâté de campagne Emincé de dinde aux oignons Haricots verts persillés Chèvre Ile flottante	Velouté de Crécy Sauté de poulet mariné Frites Fraîches Crêpe au chocolat	Radis rond sauce Bulgare Hachis Parmentier végétarien Salade verte Compote de pomme
Goûter					
spécification	<b>Repas Végétarien</b>				
Semaine du 07 au 11.02	Tartiflette végétarienne Camembert Fruit de saison	Soupe à l'oignons Poulet rôti aux herbes de provences Gratin de choux fleurs Yaourt citron local	Choux blanc vinaigrette Boulette de boeuf VBF sauce tomate Semoule BIO Emmental Pomme au four	Mousse de foie Rôti de porc VPF Poêlée de légumes Compote de poire	Betterave vinaigrette Accras de Morue Riz BIO Pain Perdu
Goûter					
spécification				<b>Repas Végétarien</b>	
Semaine du 14 au 18.02	Crème Dubarry Sauté de boeuf VBF Tortis Multicolores Edam Yaourt vanille local	Rosette Steak haché VBF Sauté de brocolis Chèvre Poire Pochée	Oeufs mayonnaise Saucisse de Toulouse Lentilles BIO Emmental Compote de pomme	Velouté de légumes verts Omelette au fromage Salade verte Fromage blanc Galette St-Michel	Carottes râpées Saumon à la crème Pomme vapeur Ciboulette Camembert Fruit de saison
Goûter					
spécification		<b>Repas Végétarien</b>			
Semaine du 21 au 25.02	Feuillété au fromage Côte de porc VPF Epinards béchamel Brie Compote de poire	Velouté de potiron Lasagne Végétarienne Salade verte Edam Crumble aux pommes	Salade Coleslaw Emincé de dinde sauce aigre doux Riz BIO Chèvre Liégeois Chocolat	Potage de légumes Rôti de boeuf VBF Gratin de carottes Emmental Fruit de saison	Salade de choux chinois Fish and Chips Frites fraîches Camembert Moelleux au citron
Goûter					

Produits locaux



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