





	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Vacances de la Noël					
<i>spécification</i>					
Semaine du					
1/1					
au					
5/1					
Goûter					
<i>spécification</i>					
		<i>Épiphanie</i>		<i>Repas végétarien</i>	
Semaine du	Betteraves	Coleslaw 	Pomme de terre tartare	Velouté de légumes	Carottes râpées
8/1	Gratin de coquillettes	estouffade de bœuf	Rôti de porc	Pané tomate et mozzarella	Tajine de poisson
au	aux lardons	Boulgour	Haricots verts	Salade	Semoule
12/1	Gouda	Emmental	Fromage	Yaourt	Fromage
	Fruit frais de saison	Galette des rois	Fruit frais de saison	compote	Pana cotta
Goûter	Barre pâtissière/ lait	Fruit/ biscuit	Pain/fromage	Yaourt/tartine de confiture	Lait/Céréales
<i>spécification</i>					
	<i>Repas végétarien</i>			<i>Menu à thème = La Savoie</i>	
Semaine du	Ice berg aux croûtons	Œufs mayonnaise	Salade composé	Bouillon de vermicelles	Salade de chou
15/1	Tortellini ricotta épinards	Blanquette de veau	Saucisse de Toulouse	Poisson à la bordelaise	Tartiflette
au	-	Pommes vapeur	Lentilles-carottes	Purée de légumes	Salade
19/1	Fromage blanc	Fromage	Fromage	Fromage	Gouda
	Banane chocolat	Fruit frais de saison	Liégeois	Fruit frais de saison	Matafan aux pommes
Goûter	Fruit/biscuit	compote/pain miel	Lait /céréales	Pain/fromage	Fruit/pain barre de chocolat
<i>spécification</i>					
	<i>Repas végétarien</i>			<i>Repas végétarien</i>	
Semaine du	Potage poireaux et pommes de terre	Salade croûtons fromage	Taboulé	Salade de champignons de Paris	Rosette
22/1	Sauté de bœuf	Paupiette de veau	Escalope viennoise	Lasagnes épinards petits légumes et mozzarella	Dos de cabillaud beurre blanc
au	Riz	Petit pois	Gratin de blette béchamel	-	Risetti aux petits légumes
26/1	Petit suisse	Fromage	Fromage	Chante neige	Fromage blanc
	Fruit frais de saison	Pâtisserie maison	Poire au chocolat	Île flottante	Fruit frais de saison
Goûter	Compote/biscuit	Fruit/pain miel	yaourt/tartine confiture	Lait/ Barre pâtissière	Pain/ fromage
<i>spécification</i>					
	<i>Repas végétarien</i>			<i>Chandeleur</i>	
Semaine du	Soupe de tomates et vermicelles	Macédoine	Salade et maïs	Salade de riz	Choux chinois aux lardons
29/1	Croustillant au fromage	Bas carré de veau	Spaghetti à la bolognaise	Rôti de porc	Brandade de poisson
au	Brocolis	Carottes – Riz	-	Butternut rôtie au four	Salade
2/2	Fromage	Fromage	Yaourt	Emmental	Camembert
	Fruit frais de saison	Crème caramel	Pomme au four	Fruit frais de saison	Crêpes au sucre 
Goûter	yaourt/tartine chocolat	Fruit/ biscuit	Pain/fromage	Compote/Tartine confiture	Fruit/pain barre de chocolat


















École de Cénac

Mois de janvier 2024



Bon appétit !

lundi 8 janvier	mardi 9 janvier	mercredi 10 janvier	jeudi 11 janvier	vendredi 12 janvier
Betteraves	Épiphanie Coleslaw	Pomme de terre tartare	Repas végétarien Velouté de légumes	Carottes râpées
				
Gratin de coquillettes	estouffade de bœuf	Rôti de porc	Pané tomate et mozzarella	Tajine de poisson
	 			
aux lardons	Boulgour	Haricots verts	Salade	Semoule
				
Gouda	Emmental	Fromage	Yaourt	Fromage
				
Fruit frais de saison	Galette des rois	Fruit frais de saison	compote	Pana cotta
				
Barre pâtissière/ lait	Fruit/ biscuit	Pain/fromage	Yaourt/tartine de confiture	Lait/Céréales



Produits locaux



Produit Bio



Produit de saison



Préparation maison



Viande de bœuf
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

Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.



École de Cénac

Mois de janvier 2024



Bon appétit !

lundi 15 janvier	mardi 16 janvier	mercredi 17 janvier	jeudi 18 janvier	vendredi 19 janvier
Repas végétarien				Menu à thème = La Savoie
Ice berg aux croûtons 	Oeufs mayonnaise	Salade composé 	Bouillon de vermicelles 	Salade de chou 
Tortellini ricotta épinards	Blanquette de veau 	Saucisse de Toulouse	Poisson à la bordelaise	Tartiflette 
-	Pommes vapeur	Lentilles-carottes 	Purée de légumes 	Salade
Fromage blanc 	Fromage 	Fromage	Fromage	Gouda 
Banane chocolat	Fruit frais de saison	Liégeois	Fruit frais de saison	Matafan aux pommes 
Fruit/biscuit 	compote/pain miel	Lait /céréales	Pain/fromage	Fruit/pain barre de chocolat



Produits locaux



Produit Bio



Produit de saison



Préparation maison



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


















École de Cénac

Mois de janvier 2024



Bon appétit !

lundi 22 janvier	mardi 23 janvier	mercredi 24 janvier	jeudi 25 janvier	vendredi 26 janvier
			Repas végétarien	
Potage poireaux et pommes de terre	Salade croûtons fromage	Taboulé	Salade de champignons de Paris	Rosette
				
Sauté de bœuf	Paupiette de veau	Escalope viennoise	Lasagnes épinards petits légumes et mozzarella	Dos de cabillaud beurre blanc
				
Riz	Petit pois	Gratin de blette béchamel	-	Risetti aux petits légumes
				
Petit suisse	Fromage	Fromage	Chante neige	Fromage blanc
				
Fruit frais de saison	Pâtisserie maison	Poire au chocolat	Île flottante	Fruit frais de saison
				
Compote/biscuit	Fruit/pain miel	yaourt/tartine confiture	Lait/ Barre pâtissière	Pain/ fromage

 Produits locaux

 Produit Bio


 Appellation d'Origine Protégée

 Produit de saison


 Appellation d'origine contrôlée

 Préparation maison

 Spécialité Traditionnelle Garantie

 Viande de bœuf D'origine française

 Label rouge

 Produit frais, Local et de saison

 Indication géographique protégée













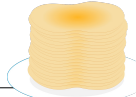


École de Cénac

Mois de janvier

2024

Bon appétit !

lundi 22 janvier	mardi 23 janvier	mercredi 24 janvier	jeudi 25 janvier	vendredi 26 janvier
			Repas végétarien	Chandeleur
Soupe de tomates et vermicelles 	Macédoine	Salade et maïs 	Salade de riz 	Choux chinois aux lardons 
Croustillant au fromage	Bas carré de veau	Spaghetti à la bolognaise 	Rôti de porc	Brandade de poisson 
Brocolis 	Carottes - Riz 	-	Butternut rôtie au four 	Salade 
Fromage	Fromage	Yaourt	Emmental 	Camembert
Fruit frais de saison	Crème caramel	Pomme au four 	Fruit frais de saison	Crêpes au sucre 
yaourt/tartine chocolat	Fruit/ biscuit	Pain/fromage	Compote/Tartine confiture	Fruit/pain barre de chocolat

 Produits locaux

 Produit Bio

 Appellation d'Origine Protégée


 Produit de saison

 Appellation d'origine contrôlée


 Préparation maison














 Spécialité Traditionnelle Garantie

 Viande de boeuf D'origine française














 Label rouge

 Produit frais, Local et de saison














 Indication géographique protégée

Semaine commençant le		 Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybrides)	 Lait	 Oeufs	 Arachides	 Soja	 Moutarde	 Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, noix de cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches)	 Céleri	 Graines de sésame	 Poissons	 Crustacés	 Mollusques	 Lupin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg (exprimés en SO2)	
lundi	8/1															
	Betteraves		X	X			X									X
	Gratin de coquillettes	X	X				X		X							
	aux lardons															
	Gouda		X													
	Fruit frais de saison															
mardi	Coleslaw		X	X			X									X
	estouffade de bœuf	X	X						X							
	Boulgour	X								X						
	Emmental		X													
	Galette des rois	X	X	X	X	X	X	X	X	X						
mercredi	Pomme de terre tartare		X	X			X									X
	Rôti de porc	X							X							
	Haricots verts															
	Fromage		X													
	Fruit frais de saison															
jeudi	Velouté de légumes	X	X						X							
	Pané tomate et mozzarella	X	X	X	X	X	X	X	X	X						
	Salade						X									X
	Yaourt		X													
	compote															
vendredi	Carottes râpées						X									X
	Tajine de poisson	X	X						X		X	X	X			
	Semoule	X							X							
	Fromage		X													
	Pana cotta		X													














Information «Allergènes» : L'Aquitaine de Restauration vous informe que les plats servis au restaurant scolaire sont susceptibles de contenir des traces des allergènes* suivants : «céréales contenant du gluten à savoir blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut (variété de blé dur) et produits à base de ces céréales, «crustacés, oeufs, poisson, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, lupin (légumineuse) entrant dans la composition de certaines farines utilisées en biscuiterie et boulangerie industrielle, anhydride sulfureux et sulfites (E220) conservateur utilisé en France (presque tous les vins et moutardes en contiennent) , mollusques. *La liste est affichée au niveau du restaurant scolaire et le Chef peut sur demande vous communiquer les allergènes éventuellement

Semaine commençant le		 Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybrides)	 Lait	 Oeufs	 Arachides	 Soja	 Moutarde	 Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, noix de cajou, pécan, macadamia, du Brésil, ou Chenopodiaceae, Pistachies)	 Céleri	 Graines de sésame	 Poissons	 Crustacés	 Mollusques	 Lupin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg (équivalents en SO2)	
lundi	15/1															
	Ice berg aux croûtons	X					X									X
	Tortellini ricotta épinards	X	X	X					X							
	-															
	Fromage		X													
	Banane chocolat							X								
mardi	Ceufs mayonnaise		X	X			X									X
	Blanquette de veau	X	X				X		X							X
	Pommes vapeur															
	Fromage		X													
	Fruit frais de saison															
mercredi	Salade composé		X				X									X
	Saucisse de Toulouse	X							X							
	Lentilles-carottes	X							X							
	Fromage		X													
	Liégeois		X			X										
jeudi	Bouillon de vermicelles	X							X							X
	Poisson à la bordelaise	X	X								X	X	X			
	Purée de légumes	X	X						X							
	Fromage		X													
	Fruit frais de saison															
vendredi	Salade de choux						X									X
	Tartiflette		X													
	Salade						X									X
	Gouda		X													
	Matafan aux pommes	X	X	X	X	X		X	X							

Information «Allergènes» : L'Aquitaine de Restauration vous informe que les plats servis au restaurant scolaire sont susceptibles de contenir des traces des allergènes* suivants : «céréales contenant du gluten à savoir blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut (variété de blé dur) et produits à base de ces céréales, «crustacés, oeufs, poisson, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, lupin (légumineuse) entrant dans la composition de certaines farines utilisées en biscuiterie et boulangerie industrielle, anhydride sulfureux et sulfites (E220) conservateur utilisé en France (presque tous les vins et moutardes en contiennent) , mollusques. *La liste est affichée au niveau du restaurant scolaire et le Chef peut sur demande vous communiquer les allergènes éventuellement

Semaine commençant le		 Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybrides)	 Lait	 Oeufs	 Arachides	 Soja	 Moutarde	 Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, noix de cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches)	 Céleri	 Graines de sésame	 Poissons	 Crustacés	 Mollusques	 Lupin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg (exprimés en SO2)
lundi	22/1														
	Potage poireaux et pommes de terre	X									X				
	Sauté de bœuf	X	X								X				
	Riz	X									X				
	Petit suisse		X												
	Fruit frais de saison														
	Salade croûtons fromage	X	X				X								X
mardi	Paupiette de veau	X	X	X			X				X				
	Petit pois	X									X				
	Fromage		X												
	Pâtisserie maison	X	X	X	X			X		X					
	Taboulé	X	X	X			X								X
mercredi	Escalope viennoise	X	X	X											
	Gratin de blette béchamel	X	X	X							X				
	Fromage		X												
	Poire au chocolat							X							
	Salade de champignons de Paris		X				X								X
jeudi	Salade épinards petits légumes et mozzarella	X	X	X		X					X				
	Chante neige		X												
	Île flottante	X	X	X											
	Rosette	X	X			X									
	Dos de cabillaud beurre blanc	X	X							X		X	X	X	
vendredi	Risetti aux petits légumes	X	X												
	Fromage blanc		X												
	Fruit frais de saison														

Information «Allergènes» : L'Aquitaine de Restauration vous informe que les plats servis au restaurant scolaire sont susceptibles de contenir des traces des allergènes* suivants : «céréales contenant du gluten à savoir blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut (variété de blé dur) et produits à base de ces céréales, «crustacés, oeufs, poisson, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, lupin (légumineuse) entrant dans la composition de certaines farines utilisées en biscuiterie et boulangerie industrielle, anhydride sulfureux et sulfites (E220) conservateur utilisé en France (presque tous les vins et moutardes en contiennent) , mollusques. *La liste est affichée au niveau du restaurant scolaire et le Chef peut sur demande vous communiquer les allergènes éventuellement

Semaine commençant le		 Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybrides)	 Lait	 Oeufs	 Arachides	 Soja	 Moutarde	 Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, noix de cajou, pécan, macadamia, du Brésil, ou Queensland, Pistaches)	 Céleri	 Graines de sésame	 Poissons	 Crustacés	 Mollusques	 Lupin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg (exprimé en SO2)	
lundi	29/1															
	Soupe de tomates et vermicelles	X							X							
	Croustillant au fromage	X	X	X	X	X	X	X	X	X						
	Brocolis	X							X							
	Fromage		X													
	Fruit frais de saison															
mardi	Macédoine		X	X			X									X
	Bas carré de veau	X	X						X							
	Carottes – Riz	X					X		X							X
	Fromage		X													
	Crème caramel		X	X		X										
mercredi	Salade et maïs						X									X
	Spaghetti à la bolognaise	X	X						X							
	-															
	Yaourt		X													
	Pomme au four															
jeudi	Salade de riz	X	X	X			X		X							X
	Rôti de porc	X							X							
	Butternut rôtie au four	X							X							
	Emmental		X													
	Fruit frais de saison															
vendredi	Choux chinois aux lardons						X									X
	Brandade de poisson	X	X						X		X	X	X			
	Salade						X									X
	Camembert		X													
	Crêpes au sucre	X	X	X				X								

Information «Allergènes» : L'Aquitaine de Restauration vous informe que les plats servis au restaurant scolaire sont susceptibles de contenir des traces des allergènes* suivants : «céréales contenant du gluten à savoir blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut (variété de blé dur) et produits à base de ces céréales, «crustacés, oeufs, poisson, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, lupin (légumineuse) entrant dans la composition de certaines farines utilisées en biscuiterie et boulangerie industrielle, anhydride sulfureux et sulfites (E220) conservateur utilisé en France (presque tous les vins et moutardes en contiennent) , mollusques. *La liste est affichée au niveau du restaurant scolaire et le Chef peut sur demande vous communiquer les allergènes éventuellement