

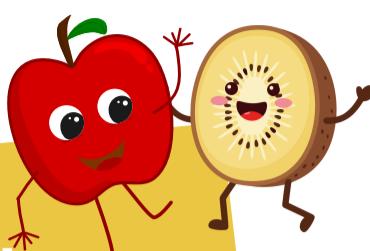
# MENU Restaurant scolaire

du Lundi 8 décembre au Vendredi 12 Décembre 2025



Les menus sont cuisinés sur place, de saison, bio ou local, validés par une diététicienne.

## Lundi



**Émincé de dinde au cumin**  
**Risotto champignons** 7-9-12  
**Laitage** 7  
**Fruit**

## Mardi



**Chou rouge/féta** 7-10-12  
**Carbonade flamande de boeuf BIO local** 1-10-12  
**Potimarron rôti BIO du Tarn** 1-3-7  
**Flan pâtissier**

## Mercredi



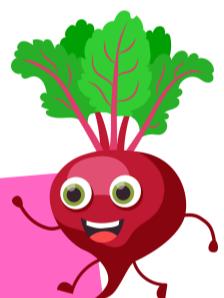
**Potage de légumes** 1  
**Brandade de poisson (filet colin lieu)** 1-4-7-9  
**Fruit**

## Jeudi



**Salade verte/endive** 10-12  
**Ratatouille d'hiver/ légumineuse**  
**Semoule BIO** 1  
**Fromage St Nectaire AOP** 7

## Vendredi



**Duo betterave crue/cuite** 10-12  
**Haut de cuisse poulet**  
**Pommes de terre sautées**  
**Dessert lacté** 7

Tributaires des arrivages et soucieux de la qualité, les menus sont sujets à modifications sans préavis.

La recette de la cuisine centrale : Carbonade flamande

Faire rissoler la viande avec les oignons, les carottes et le bouquet garni.

Singer à la farine, puis déglacer à la bière (facultatif).

Mouiller à hauteur et laisser mijoter 2h30.

Finaliser la liaison avec des tranches de pain d'épices recouvertes de moutarde et laisser fondre pour avoir une sauce liée.



### Allergènes\*

1-Céréales  
2-Crustacés  
3-Oeufs

4-Poissons  
5-Arachides  
6-Soja

7-Lait  
8-Fruit à coques  
9-Celeri

10-Moutarde  
11-Graine de sésame  
12-Anhydrides et sulfites

13-Lupin  
14-Mollusques

Les allergènes sont renseignés en fonction des recettes confectionnées en cuisine mais peuvent contenir d'autres traces d'allergènes.

