

Menus du mois

Mars

2023

Site de

Prignac et Marcamps



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>spécification</b>	<b>Repas Végétarien</b>				
Semaine du 06/mars au 10/3 10 Goûter	Chou blanc aux pommes Boulette de bœuf à la tomate Riz Fromage à pâte dure Îles flottantes	Bouillon vermicelles Escalope de poulet au curry Chou fleur sauté Fromage préemballé *Fruit frais de saison		Œuf mayonnaise Parmentier de légumes Fromage à pâte dure Poire au chocolat	Saucisson à l'ail Filet de lieu à l'Américaine Écrasé de brocolis Fromage à pâte mole Gâteau d'anniversaire
<b>spécification</b>	<b>Repas Végétarien</b>				
Semaine du 13/3 au 17/3 11 Goûter	Taboulé Poisson meunière Haricots verts Fromage à pâte dure Abricot amandine	Tartine de Houmous Tortilla aux oignons et aux légumes Yaourt aromatisé *Fruit frais de saison		Radis Croq'sel Bas Carré de veau Fondue de poireaux Fromage à pâte mole Crème dessert au chocolat	Salade coleslaw Dublin coddle (SAUCISSE) Yaourt nature sucré Apple pie façon crumble
<b>spécification</b>	<b>Repas Végétarien</b>				
Semaine du 20/3 au 24/3 12 Goûter	Samoussa de légumes Riz cantonnais végétarien Fromage à pâte dure Pêche façon Melba	Salade fromagère Échine de porc confite Carottes au jus Mousse chocolat Biscuit		Concombre vinaigrette Daube de bœuf provençale Coquillettes au beurre Fromage à pâte dure Entremet vanille	Salade de pommes de terre Emincé de volaille BBQ Piperade Fromage préemballé *Fruit frais de saison
<b>spécification</b>	<b>Repas Végétarien</b>				
Semaine du 27/3 au 31/3 13 Goûter	Wrap aux légumes de printemps Dalh de lentilles à l'indienne Boulgour Fromage préemballé *Fruit frais de saison	Pintcho au surimi Paupiette de veau Épinard Béchamel Fromage à pâte dure Brownie		Carottes râpées au sésame Rougail Riz Fromage à pâte dure Nappé caramel	Mini croque Poisson bordelaise Haricots palette Fromage blanc au miel Biscuit

## École de

## Prignac et Marcamps

Mois de

Mars

2023



Bon appétit !

lundi 6 mars	mardi 7 mars	mercredi 8 mars	jeudi 9 mars	vendredi 10 mars
<i>Basile</i>	<i>Geneviève</i>	<i>Odilon</i>	<i>Repas Végétarien Edouard</i>	<i>Mélaïne</i>
<b>Chou blanc aux pommes</b>	<b>Bouillon vermicelles</b>		<b>Œuf mayonnaise</b>	<b>Saucisson à l'ail</b>
<b>Boulette de bœuf à la tomate</b>	<b>Escalope de poulet au curry</b>		<b>Parmentier de légumes</b>	<b>Filet de lieu à l'Américaine</b>
<b>Riz</b>	<b>Chou fleur sauté</b>			<b>Écrasé de brocolis</b>
<b>Fromage à pâte dure</b>	<b>Fromage préemballé</b>		<b>Fromage à pâte dure</b>	<b>Fromage à pâte molle</b>
<b>Îles flottantes</b>	<b>*Fruit frais de saison</b>		<b>Poire au chocolat</b>	<b>Gâteau d'anniversaire</b>



Produits locaux



Produit Bio



Produit de saison

Appellation d'Origine Protégée



Appellation d'origine contrôlée

Préparation maison à base de  
produits frais

Spécialité Traditionnelle Garantie

Viande de bœuf  
D'origine française

Label rouge

Produit frais,  
Local et de saison

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

## Prignac et Marcamps

Mois de

Mars

2023



Bon appétit !

lundi 13 mars	mardi 14 mars	mercredi 15 mars	jeudi 16 mars	vendredi 17 mars
<i>Alix</i> <b>Taboulé</b>	<b>Repas Végétarien</b> <i>Guillaume</i>	<i>Pauline</i>	<i>Tatiana</i> <b>Radis Croq'sel</b>	<b>SAINT PATRICK / Apple Juice</b> <i>Yvette</i> <b>Salade coleslaw</b>
<b>Poisson meunière</b>	<b>Tortilla aux oignons et</b>  <i>aux légumes</i>		<b>Bas carré de veau</b>	<b>Dublin coddle</b>
<b>Haricots verts</b>			<b>Fondue de poireaux</b>	<b>(SAUCISSE)</b>
<b>Fromage à pâte dure</b>	<b>Yaourt aromatisé</b>		<b>Fromage à pâte molle</b>	<b>Yaourt nature sucré</b>
<b>Abricot amandine</b>	<b>*Fruit frais de saison</b>		<b>Crème dessert au chocolat</b>	<b>Apple pie façon crumble</b>



Produits locaux



Produit Bio



Produit de saison



Appellation d'Origine Protégée



Appellation d'origine contrôlée

Préparation maison à base de  
produits frais

Spécialité Traditionnelle Garantie

Viande de boeuf  
D'origine française

Label rouge

Produit frais,  
Local et de saison

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

## Prignac et Marcamps

Mars

2023



Bon appétit !

lundi 20 mars	mardi 21 mars	mercredi 22 mars	jeudi 23 mars	vendredi 24 mars
Repas Végétarien <i>Marcel</i>	<i>Roseline</i>	<i>Prisca</i>	<i>DES ENFANTS ou menu PRINT</i> <i>Marius</i>	<i>Sébastien</i>
<b>Samoussa de légumes</b>	<b>Salade fromagère</b>		<b>Concombre vinaigrette</b>	<b>Salade de pommes de terre</b>
Riz cantonnais végétarien	Échine de porc confite		Daube de bœuf provençale	Emincé de volaille BBQ
	Carottes au jus		Coquillettes au beurre	Piperade
Fromage à pâte dure	Mousse chocolat		Fromage à pâte dure	Fromage préemballé
Pêche façon Melba	Biscuit		Entremet vanille	*Fruit frais de saison



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

## École de

## Prignac et Marcamps

Mars

2023



Bon appétit !

lundi 27 mars	mardi 28 mars	mercredi 29 mars	jeudi 30 mars	vendredi 31 mars
Repas Végétarien <i>Banard</i>	<i>François de Sales</i>	<i>Conversion de Paul</i>	<i>Paule</i>	<i>Angèle</i>
Wrap aux légumes de printemps	Wrap aux légumes de printemps		Carottes râpées au sésame	Mini croque
Dalh de lentilles à l'indienne	Poisson bordelaise		Rougail	Poisson bordelaise
Boulgour	Haricots palette		Riz	Haricots palette
Fromage préemballé	Fromage blanc au miel		Fromage à pâte dure	Fromage blanc au miel
*Fruit frais de saison	Biscuit		Nappé caramel	Biscuit



Produits locaux



Produit Bio

Appellation d'Origine Protégée



Produit de saison

Appellation d'origine contrôlée

Préparation maison à base de  
produits frais

Spécialité Traditionnelle Garantie

Viande de boeuf  
D'origine française

Label rouge

Produit frais,  
Local et de saison

Indication géographique protégée

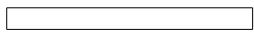
Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.

## INFORMATION SUR LES 14 ALLERGENES

Semaine commençant le		Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épautre, kamut ou leurs souches hybridées)											
6/3	Chou blanc aux pommes			Lait	Œufs	Arachides	Soja	Moutarde					
lundi	Boulette de bœuf à la tomate	X			X								
	Riz												
	Fromage à pâte dure		X										
	Îles flottantes	X	X	X									
	Bouillon vermicelles	X	X	X						X			X
mardi	Escalope de poulet au curry	X			x			X					
	Chou fleur sauté				X								
	Fromage préemballé		X										
	*Fruit frais de saison												
mercredi													
jeudi	Œuf mayonnaise			X			X						X
	Parmentier de légumes	X	X		x								
	Fromage à pâte dure		X										
	Poire au chocolat				x			X					
vendredi	Saucisson à l'ail	X					X		X				X
	Filet de lieu à l'Américaine	X			x					X	x	x	X
	Écrasé de brocolis	X	X		x								
	Fromage à pâte mole		X										
	Gâteau d'anniversaire	X	X	X	x	X		x		x			

## INFORMATION SUR LES 14 ALLERGENES

Semaine commençant le		Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épautre, kamut ou leurs souches hybrides)						Ingrédients à éviter					
	13/3	Lait	Oeufs	Arachides	Soja	Moutarde	Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, Noix de : capou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches)	Céleri	Graines de sésame	Poissons	Crustacés	Mollusques	Lupin
lundi	Taboulé	X	X	x	X								X
	Poisson meunière	X		x						X	X	X	
	Haricots verts				x								
	Fromage à pâte dure		X										
	Abricot amandine	X	X	X	x			X					
mardi													
	Tortilla aux oignons et aux légumes		X	X	x								
	Yaourt aromatisé		X										
	*Fruit frais de saison												
mercredi													
jeudi	Radis Croq'sel												
	Bas carré de veau	X			x								
	Fondue de poireaux	X	X										
	Fromage à pâte mole		X										
	Crème dessert au chocolat		X			X							
vendredi	Salade coleslaw		X	x		X							X
	Dublin coddle	X			x								
	(SAUCISSE)												
	Yaourt nature sucré		X										
	Apple pie façon crumble	X	X	X	x			X					





## INFORMATION SUR LES 14 ALLERGENES

Semaine commençant le		Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épautre, kamut ou leurs souches hybrides)							Autres aliments contenant des allergènes						
27/3		Lait	Oeufs	Arachides	Soja	Moutarde	Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, Noix de : capou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches)	Céleri	Graines de sésame	Poissons	Crustacés	Mollusques	Lupin	Antioxydants, sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SC2)	
lundi	Wrap aux légumes de printemps	X		X x		X									X
	Dahl de lentilles à l'indienne	X	X			X									
	Boulgour	X													
	Fromage préemballé		X												
	*Fruit frais de saison														
mardi	Pintcho au surimi	X		X						X X X					
	Paupiette de veau	X			X										
	Épinard Béchamel	X	X		X										
	Fromage à pâte dure		X												
	Brownie	X	X	X x				X	X x						
mercredi															
jeudi	Carottes râpées au sésame			X		X			X						X
	Rougail	X			X										
	Riz				X										
	Fromage à pâte dure		X												
	Nappé caramel	X	X					X							
vendredi	Mini croque	X	X		X	X									X
	Poisson bordelaise	X			X					X X X					
	Haricots palette				X										
	Fromage blanc au miel		X												
	Biscuit	X	X	X x			X		X						

## **rignac et Marcamps**



## Menus du mois

Mars 2023

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Spécification	Repas Végétarien				
Semaine du		Bouillon vermicelles		Œuf mayonnaise	Saucisson à l'ail
6/3 au		Escalope de poulet au curry		Parmentier de légumes	Filet de lieu à l'Américaine
10/3		Chou fleur sauté			Écrasé de brocolis
N°		Fromage préemballé		Fromage à pâte dure	Fromage à pâte mole
10		*Fruit frais de saison		Poire au chocolat	Gâteau d'anniversaire

## spécification

Semaine du	Taboulé			Radis Croq'sel	Salade coleslaw
13/3 au 17/3	Poisson meunière	Tortilla aux oignons et		Bas carré de veau	Dublin coddle
	Haricots verts	Fromage blanc au miel		Fondue de poireaux	(SAUCISSE)
	Fromage à pâte dure	Yaourt aromatisé		Fromage à pâte moie	Yaourt nature sucré
N° 11	Abricot amandine	*Fruit frais de saison		Crème dessert au chocolat	Apple pie façon crumble

### spécification

Spécification	Repas Végétarien	VU DES ENFANTS ou menu PRINTEMPS		
Semaine du	Samoussa de légumes	Salade fromagère	Concombre vinaigrette	Salade de pommes de terre
20/3 au 24/3	Riz cantonnais végétarien	Échine de porc confite	Daube de bœuf provençale	Emincé de volaille BBQ
		Carottes au jus	Coquillettes au beurre	Piperade
	Fromage à pâte dure	Mousse chocolat	Fromage à pâte dure	Fromage préemballé
12	Pêche façon Melba	Biscuit	Entremet vanille	*Fruit frais de saison

1000

spécification	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
	Repas Végétarien		Repas Végétarien		Repas Végétarien		Repas Végétarien		Repas Végétarien	
Semaine du	Wrap aux légumes de printemps	Wrap aux légumes de printemps	Wrap aux légumes de printemps	Wrap aux légumes de printemps	Carottes râpées au sésame					
27/3 au	Dalh de lentilles à l'indienne		Poisson bordelaise				Rougail			Poisson bordelaise
31/3	Boulgour		Haricots palette				Riz			Haricots palette
N° 13	Fromage préemballé		Fromage blanc au miel				Fromage à pâte dure			Fromage blanc au miel
	*Fruit frais de saison		Biscuit				Nappé caramel			Biscuit

