

Menus du mois de

octobre 2023



École de

Prignac et Marcamps



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
spécification	Repas Végétarien				
Semaine du	Chou blanc	Potage de légumes		Julienne de betterave à l'orange	Céleri rémoulade
2/10	Steak de porc	Chili sin carne		Blanquette de veau	Pot au feu de poisson
au	Pâtes	Riz		Pommes de terre vapeur	Et ses petits légumes
6/10	Fromage	Yaourt		Fromage blanc	Fromage
	Compote	Fruits frais de saison		Fruits frais de saison	Beignet
Goûter					
spécification	Menu Halloween				
Semaine du	Salade verte croûtons	Salade de pâtes au surimi		Friand fromage	Potage à la citrouille aux vers (vermicelle)
9/10	Tortilla	Rôti de porc aux pruneaux		Tajine d'agneau	Cuisse de poulet rôti
au	Pommes de terre	Carottes glacées		Légumes tajine	Haricots blanc sauce diable
13/10	Fromage	Yaourt		Yaourt	Fromage
	Compote	Fruits frais de saison		Fruit frais de saison	Salade de fruits sauce sorcière
Goûter					
	La semaine du goût				
spécification	Goût du blanc	Goût d'ici	Goût d'ailleurs (Indes)		Du Goût et du sens
Semaine du	Céleri rémoulade	Garbure de légumes		Dhaba Style Egg Curry (Œuf dur carottes rapées mayonnaise au curry)	Feuilleté de betteraves
16/10	Blanquette de poisson	Axoia de veau au piment d'Espelette		Dahl de lentilles	Tempura de poulet
au	Mousseline de pommes de terre	Pomme vapeur		crème de curry	Dauphinois aux endives
20/10	Verrine de fromage blanc et ses craquants	Yaourt local		Fromage	Petit Suisse
		Kiwi du lot et Garonne		Gâteau de semoule Halwa	Croquant de fruits acidulé
Goûter					
	Vacances de la Toussaint				
spécification	Journée américaine				
Semaine du	Salade rustique d'endives	Coleslaw		Potage Dubarry	Tartine de rillettes
23/10	Poisson	Poulet tex mex		Parmentier de pois cassés	Carbonnade de bœuf
au	Cœur de blé – Poireaux à la crème	Potatoes		Salade verte	Haricots verts
27/10	Fromage	Fromage		Fromage	Yaourt
	Fruits frais de saison	Donuts		Mousse au chocolat	Fruits frais de saison
Goûter					





École de
Mois de

Prignac et Marcamps
octobre 2023



Bon appétit !

lundi 2 octobre	mardi 3 octobre	mercredi 4 octobre	jeudi 5 octobre	vendredi 6 octobre
	Repas Végétarien			
Chou blanc  	Potage de légumes  		Julienne de betterave à l'orange 	Céleri rémoulade 
Steak de porc 	Chili sin carne  		Blanquette de veau   	Pot au feu de poisson  
Pâtes	Riz 		Pommes de terre vapeur  	Et ses petits légumes 
Fromage	Yaourt 		Fromage blanc	Fromage
Compote	Fruits frais de saison 		Fruits frais de saison 	Beignet



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

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



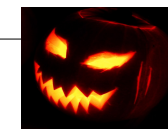
École de
Mois de

Prignac et Marcamps
octobre 2023



Bon appétit !

lundi 9 octobre	mardi 10 octobre	mercredi 11 octobre	jeudi 12 octobre	vendredi 13 octobre
Repas Végétarien Salade verte croûtons   	Salade de pâtes au surimi  		Friand fromage	Menu Halloween Potage à la citrouille aux vers (vermicelle)  
Tortilla 	Rôti de porc aux pruneaux 		Tajine d'agneau  	Cuisse de poulet rôti 
Pommes de terre  	Carottes glacées   		Légumes tajine 	Haricots blanc sauce diable 
Fromage	Yaourt		Yaourt	Fromage
Compote	Fruits frais de saison		Fruit frais de saison	Salade de fruits sauce sorcière



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

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



École de

Mois de

Prignac et Marcamps

octobre

2023



Bon appétit !

lundi 16 octobre	mardi 17 octobre	mercredi 18 octobre	jeudi 19 octobre	vendredi 20 octobre
Goût du blanc	Goût d'ici		Goût d'ailleurs (Indes)	Du Goût et du sens
Céleri rémoulade	Garbure de légumes		Dhaba Style Egg Curry (Œuf dur carottes rapées mayonnaise au curry)	Feuilleté de betteraves
Blanquette de poisson	Axoa de veau au piment d'Espelette		Dahl de lentilles	Tempura de poulet
Mousseline de pommes de terre	Pomme vapeur		crème de curry	Dauphinois aux endives
Verrine de fromage blanc	Yaourt local		Fromage	Petit Suisse
et ses craquants	Kiwi du lot et Garonne		Gâteau de semoule Halwa	Croquant de fruits acidulé



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**

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 octobre 2023



Bon appétit !

lundi 23 octobre	mardi 24 octobre	mercredi 25 octobre	jeudi 26 octobre	vendredi 27 octobre
	Journée américaine		Repas Végétarien	
Salade rustique d'endives  	Coleslaw		Potage Dubarry 	Tartine de rillettes
Poisson	Poulet tex mex		Parmentier de pois cassés 	Carbonnade de bœuf 
Cœur de blé - Poireaux à la crème 	Potatoes 		Salade verte 	Haricots verts
Fromage	Fromage		Fromage	Yaourt
Fruits frais de saison 	Donuts 		Mousse au chocolat	Fruits frais de saison 



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.

Information «Allergènes» : L'Aquitaine de Réalisation vous informe que les plats servis à ce restaurant scolaire sont susceptibles de contenir des traces des allergènes¹ suivants : «céréales contenant du gluten à savoir blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut (variété de blé dur) et produits à base de ces céréales, crustacés², oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits de coque, céleri, moutarde, graines de sésame, lupin (legumineuse) entrant dans la composition de certaines farines utilisées en boulangerie et boulangerie industrielle, arachides 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.

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 ou 10 mg/l (exprimés en SO2)	
lundi	9/10															
	Salade verte croûtons	X					X									X
	Tortilla			X												
	Pommes de terre															
	Fromage		X													
	Compote															
mardi	Salade de pâtes au surimi	X	X				X				X					X
	Rôti de porc aux pruneaux															
	Carottes glacées															
	Yaourt		X													
	Fruits frais de saison															
mercredi																
jeudi	Friand fromage	X	X	X				X	X	X						
	Tajine d'agneau	X							X							
	Légumes tajine															
	Yaourt		X													
	Fruit frais de saison															
vendredi	Tage à la citrouille aux vers (vermicelle)	X	X													
	Cuisse de poulet rôti															
	Haricots blanc sauce diable															
	Fromage		X													
	Salade de fruits sauce sorcière															

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 10mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO2))	
lundi	16/10															
	Céleri rémoulade		X	X			X									X
	Blanquette de poisson		X								X	X	X			
	Mousseline de pommes de terre		X						X							
	Verrine de fromage blanc		X													
	et ses craquants	X						X								
mardi																
	Garbure de légumes															
	Axoa de veau au piment d'Espelette	X					X									
	Pomme vapeur															
	Yaourt local		X													
	Kiwi du lot et Garonne															
mercredi																
jeudi																
	Curry (Œuf dur carottes rapées, mayonnaise au		X	X			X									X
	Dahl de lentilles		X				X									
	crème de curry		X				X									
	Fromage		X													
	Gâteau de semoule Halwa	X	X	X				X								
vendredi																
	Feuilleté de betteraves	X	X	X				X								
	Tempura de poulet	X	X	X												
	Dauphinois aux endives		X													
	Petit Suisse		X													
	Croquant de fruits acidulé															

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 ou 10 mg/l (exprimés en SO2)
lundi	23/10														
	Salade rustique d'endives						X								X
	Poisson										X	X	X		
	Cœur de blé – Poireaux à la crème	X	X												
mardi	Fromage		X												
	Fruits frais de saison														
	Coleslaw		X	X			X								X
	Poulet tex mex						X		X						
mercredi	Potatoes														
	Fromage		X												
	Donuts	X	X	X	X			X							
jeudi	Potage Dubarry	X	X	X											
	Parmentier de pois cassés		X												
	Salade verte						X								X
	Fromage		X												
vendredi	Mousse au chocolat		X	X				X							
	Tartine de rillettes	X													
	Carbonnade de bœuf	X	X				X		X						
	Haricots verts														
	Yaourt		X												
	Fruits 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

Menus du
mois de



École de



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
spécification	Repas Végétarien				
Semaine du	Chou blanc	Potage de légumes		Julienne de betterave à l'orange	Céleri rémoulade
2/10 au	Steak de porc	Chili sin carne		Blanquette de veau	Pot au feu de poisson
6/10	Pâtes	Riz		Pommes de terre vapeur	Et ses petits légumes
N°	Fromage	Yaourt		Fromage blanc	Fromage
	Compote	Fruits frais de saison		Fruits frais de saison	Beignet
spécification	Repas Végétarien				Menu Halloween
Semaine du	Salade verte croûtons	Salade de pâtes au surimi		Friand fromage	Potage à la citrouille aux vers (vermicelle)
9/10 au	Tortilla	Rôti de porc aux pruneaux		Tajine d'agneau	Cuisse de poulet rôti
13/10	Pommes de terre	Carottes glacées		Légumes tajine	Haricots blanc sauce diable
N°	Fromage	Yaourt		Yaourt	Fromage
1	Compote	Fruits frais de saison		Fruit frais de saison	Salade de fruits sauce sorcière
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
spécification	Goût du blanc			Goût d'ailleurs (Indes)	Du Goût et du sens
Semaine du	Céleri rémoulade	Garbure de légumes		Chutney Egg Curry (œuf et carottes rapées mayonnaise au curry)	Feuilleté de betteraves
16/10 au	Blanquette de poisson	Axoa de veau au piment d'Esnelette		Dahl de lentilles	Tempura de poulet
20/10	Mousseline de pommes de terre	Pomme vapeur		crème de curry	Dauphinois aux endives
N°	Verrine de fromage blanc	Yaourt local		Fromage	Petit Suisse
2	et ses craquants	Kiwi du lot et Garonne		Gâteau de semoule Halwa	Croquant de fruits acidulé
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
spécification	Journée américaine			Repas Végétarien	
Semaine du	Salade rustique d'endives	Coleslaw		Potage Dubarry	Tartine de rillettes
23/10 au	Poisson	Poulet tex mex		Parmentier de pois cassés	Carbonnade de bœuf
27/10	Cœur de pie – Poireaux à la crème	Potatoes		Salade verte	Haricots verts
N°	Fromage	Fromage		Fromage	Yaourt
3	Fruits frais de saison	Donuts		Mousse au chocolat	Fruits frais de saison