

# Menus de la cantine de TOLLEVAST

2019-2020

Légende : Produits laitiers - Aliments protidiques - Aliments glucidiques - Aliments gras - Fruits ou légumes cuits - Fruits ou légumes crus - Produits sucrés

Boucherie : Bosquet, Brix (Viandes locales d'origine française) - Boulangerie, pâtisserie : Boulangerie de Martinvast - Fruits et légumes : Pomona, Tourlaville, Tollevast - Poissonnerie : Pelan Cherbourg - Produits laitiers : Pro à pro - Surgelés : Transgourmets

	Entrée	Plat principal	Produit laitier	Dessert
<b>Semaine du 16 au 20 mars</b>				
Lundi	Carottes râpées / Céleri rave	Émincé de bœuf - Frites	Laitage	Fruit frais
Mardi	Maquereaux à la tomate	Rôti de porc - Haricots verts	Fromage	Fruits au sirop
Jeudi	Rillettes de thon	Couscous végétarien - Semoule	Laitage	Fruit frais
Vendredi	Salade composée	Dos de colin - Riz (sauce crème)	Fromage	Compote
<b>Semaine du 23 au 27 mars</b>				
Lundi	Rillettes de porc	Escalopes de porc - Petits pois / carottes	Riz au lait / Caramel	Oreillon d'abricot
Mardi	Pamplousse	Paupiettes de dinde - Purée	Fromage	Fruits au sirop
Jeudi	Taboulé	Filet de poisson - Riz / carottes (sauce crème)	Fromage	Fruit frais
Vendredi	Cœurs de palmier	Lasagnes végétariennes - Salade	Yaourt	Fruits au sirop
<b>Semaine du 30 mars au 3 avril</b>				
Lundi	Tomates / Mozzarella	Poulet marengo - Semoule	Laitage	Fruits au sirop
Mardi	Concombre	Rôti de porc - Petits pois	Fromage	Fruit frais
Jeudi	Œuf dur mayonnaise	Filet de poisson - Riz (sauce crème citron)	Fromage	Fruit frais
Vendredi	Maïs / thon	Gratin dauphinois - Salade	Yaourt	Cake maison

## Semaine du 6 au 10 avril

Lundi	Carottes râpées	Steak haché - Pommes noisette	Fromage	Fruits au sirop
Mardi	Friand au fromage	Steak végétal à la tomate - Haricots blancs	Laitage	Fruit frais
Jeudi	Betteraves	Spaghettis bolognaise	Entremets	Gâteau sec
Vendredi	Salade composée	Poisson pané - Ratatouille maison	Fromage	Compote