

# COBAS - ALSH

Menus du mercredi 07 octobre 2020



## Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Céleri rémoulade

 Sauté de dinde sauce au curry

Ratatouille à la niçoise et semoule BIO 

Pont l'Evêque AOP

Ile flottante et sa crème anglaise

Pain  
Confiture

inspirations  
Sogeres

 Issu de l'agriculture biologique

 Plat végétarien

 Plat du Chef

 Charolais

 Label Rouge

\* sans porc

la cantine pas pareille



# COBAS - ALSH

Menus du mercredi 14 octobre 2020



## Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Panais rémoulade aux pommes

 Fondant au fromage  
de brebis du Chef 

Pomme de terre vapeur

Petit fromage frais aux fruits

Pomme au four  
et gelée de coing

Biscuit : étoile fourré à la fraise  
Fruit frais

inspirations  
Sogeres

 Issu de l'agriculture  
biologique

 Plat végétarien

 Plat du Chef

 Charolais

 Label Rouge

\* sans porc

la cantine pas pareille





# COBAS - ALSH

## Menus du lundi 19 au vendredi 23 octobre 2020

### Vacances scolaires



# Menu de la semaine

## Lundi

Salade Coleslaw

 Poulet rôti au jus

Poêlée d'automne (potiron)

Camembert

Gaufre nappé chocolat

Pain

Confiture

## Mardi

Salade de betteraves

Colin d'Alaska pané frais

Haricots verts et boulgour

 Fromage blanc BIO + sucre

Fruit frais

Chocolatine

Yaourt nature sucré

## Mercredi

Potage cultivateur (carotte, pdt, poireau, chou-fleur, céleri, HV, petits pois)

 Rôti de veau BIO au jus

Gratin de chou-fleur

Petit fromage frais sucré

Fruit frais

Biscuit : pompon

Compote de pomme vanille

## Jeudi

Crêpe au fromage

 Omelette nature

Ratatouille

Yaourt aromatisé

Fruit frais

Pain

Chocolat tablette

## Vendredi

Carottes râpées à l'ananas

 Gardiane de bœuf

Semoule

Petit Cotentin

Flan vanille

Quatre quart

Fromage blanc nature sucré

inspirations  
Sogeres

 Issu de l'agriculture biologique

 Plat végétarien

 Plat du Chef

 Charolais

 Label Rouge

\* sans porc

la cantine pas pareille





# COBAS - ALSH

## Menus du lundi 26 au vendredi 30 octobre 2020

### Vacances scolaires

# Menu de la semaine



## Lundi

Radis et beurre

Brandade de poisson

Salade verte

Mimolette

Crème dessert au caramel

Moelleux au citron  
Fruit frais

## Mardi

Potage Choisy  
(poireaux, salade, pdt)

 Bifteck haché de bœuf charolais au jus

Potatoes

Yaourt aromatisé

Fruit frais

Pain  
Confiture

## Mercredi

Friand au fromage

 Gratin de pâtes, brocolis, mozzarella et cheddar

Yaourt nature sucré

Smoothie de pommes et bananes

Chocolatine  
Fruit frais

## Jeudi

Salade de riz composée

Merlu au four et citron

Epinards en béchamel

Saint-Paulin

Fruit frais

Rocher coco  
Compote de pomme

## Vendredi

Salade d'automne  
(SV, pomme, croûtons, noix)

 Sauté de bœuf sauce cantadou, agrume et potiron

 Purée de courge butternut BIO

Petit moulé et fines herbes

 Cake chocolat mandarine du Chef

Pain  
Chocolat tablette

inspirations  
Sogeres

 Issu de l'agriculture biologique

 Plat végétarien

 Plat du Chef

 Charolais

 Label Rouge

\* sans porc

la cantine pas pareille

