



BIEN MANGER avec
 respect pour l'environnement



c'est possible !

Du 1er septembre au 07 octobre 2022

Menus Segny végétariens

	Du 29 août AU 02 septembre	Du 05 septembre AU 09 septembre	Du 12 septembre AU 16 septembre	Du 03 octobre AU 07 octobre
LUNDI	Carottes râpées fraîches Quenelles sauce tomate Riz créole Yaourt aromatisé Fruit de saison	Salade de pommes de terre Omelette Haricots verts persillés Yaourt nature de la ferme de Minzier Fruit de saison Melon	Beurrées en salade Pané épinards fromage et blé Haricots blanc à la tomate Bûche du pilat Fruit de saison Salade de bouillour Omelette à la sauce tomate Petit pois au Jus Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade composée (SV, emmental) Boulettes soja basilic et tomate Farfalles Fian Chocolat Fenêque	Cœur de palmiers vinaigrette Boulettes de pois-chiches Macaroni Yaourt aromatisé Fian vanille nappé de caramel Coleslaw frais Sauris végétales Lentilles au jus Fromage fripons Compote pomme banane Cakia à la courgette du chef Omelette Brocolis persillés Chanteneige Mousse au chocolat Potage crêcy (legumes frais) Sauce bolognaise végétale Spaghettis Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade de chou fleur Quenelles sauce tomate Pommes noisettes Fromage blanc Fruit de saison
MARDI	Alguelettes blé et emmental Carottes fraîches persillées Fromage type Mimolette Fruit de saison Radic beurre Semoule Petit suisse aromatisé Compote de pommes coings Beurrées en salade Omelette Purée de pommes de terre vitelote Fromage blanc et confiture de prunes Beignet à la framboise Taboulé	Quenelles aux olives Semoule Fromage blanc aromatisé Pomme au four Concombre frais sauce bulgare Saurisse végétale Lentilles mijotées Verchiers de la Laiterie du Mont Aiguille Compote pomme banane Macedoine de légumes Pavé fromager Courgettes fraîches béchamel Emmental Gâteau au Yaourt du chef Salade de tomates fraîches Pané blé tomate et mozzarella Riz Camebert Légéris venille	Salade de choux fleurs Pavé fromager Pommes vapeur Fromage blanc Fruit de saison Salade de pâtes Quenelles locales sauce aurore Epinards hachés Canal AOP Fruits de saison Salade de tomates fraîches Nuggets végétales Potatoes Tomme Blanche Compote de pêches Salade verte Omelette Ratatouille fraîche Chanteneige Gâteau du chef aux pépites de chocolat Salade de haricots verts Rapagot de pois-chiches et haricots blancs Semoule Petit suisse sucré Fruit de saison	Macaroni Coleslaw frais Sauris végétales Lentilles au jus Fromage fripons Compote pomme banane Cakia à la courgette du chef Omelette Brocolis persillés Chanteneige Mousse au chocolat Potage crêcy (legumes frais) Sauce bolognaise végétale Spaghettis Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade de chou fleur Quenelles sauce tomate Pommes noisettes Fromage blanc Fruit de saison
MERCREDI	Carottes râpées fraîches Quenelles sauce tomate Riz créole Yaourt aromatisé Fruit de saison	Salade de pommes de terre Omelette Haricots verts persillés Yaourt nature de la ferme de Minzier Fruit de saison Melon	Beurrées en salade Pané épinards fromage et blé Haricots blanc à la tomate Bûche du pilat Fruit de saison Salade de bouillour Omelette à la sauce tomate Petit pois au Jus Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade composée (SV, emmental) Boulettes soja basilic et tomate Farfalles Fian Chocolat Fenêque	Cœur de palmiers vinaigrette Boulettes de pois-chiches Macaroni Yaourt aromatisé Fian vanille nappé de caramel Coleslaw frais Sauris végétales Lentilles au jus Fromage fripons Compote pomme banane Cakia à la courgette du chef Omelette Brocolis persillés Chanteneige Mousse au chocolat Potage crêcy (legumes frais) Sauce bolognaise végétale Spaghettis Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade de chou fleur Quenelles sauce tomate Pommes noisettes Fromage blanc Fruit de saison
JEUDI	Carottes râpées fraîches Quenelles sauce tomate Riz créole Yaourt aromatisé Fruit de saison	Salade de pommes de terre Omelette Haricots verts persillés Yaourt nature de la ferme de Minzier Fruit de saison Melon	Beurrées en salade Pané épinards fromage et blé Haricots blanc à la tomate Bûche du pilat Fruit de saison Salade de bouillour Omelette à la sauce tomate Petit pois au Jus Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade composée (SV, emmental) Boulettes soja basilic et tomate Farfalles Fian Chocolat Fenêque	Cœur de palmiers vinaigrette Boulettes de pois-chiches Macaroni Yaourt aromatisé Fian vanille nappé de caramel Coleslaw frais Sauris végétales Lentilles au jus Fromage fripons Compote pomme banane Cakia à la courgette du chef Omelette Brocolis persillés Chanteneige Mousse au chocolat Potage crêcy (legumes frais) Sauce bolognaise végétale Spaghettis Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade de chou fleur Quenelles sauce tomate Pommes noisettes Fromage blanc Fruit de saison
VENREDI	Carottes râpées fraîches Quenelles sauce tomate Riz créole Yaourt aromatisé Fruit de saison	Salade de pommes de terre Omelette Haricots verts persillés Yaourt nature de la ferme de Minzier Fruit de saison Melon	Beurrées en salade Pané épinards fromage et blé Haricots blanc à la tomate Bûche du pilat Fruit de saison Salade de bouillour Omelette à la sauce tomate Petit pois au Jus Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade composée (SV, emmental) Boulettes soja basilic et tomate Farfalles Fian Chocolat Fenêque	Cœur de palmiers vinaigrette Boulettes de pois-chiches Macaroni Yaourt aromatisé Fian vanille nappé de caramel Coleslaw frais Sauris végétales Lentilles au jus Fromage fripons Compote pomme banane Cakia à la courgette du chef Omelette Brocolis persillés Chanteneige Mousse au chocolat Potage crêcy (legumes frais) Sauce bolognaise végétale Spaghettis Saint Nectaire AOP Fruit de saison Salade de chou fleur Quenelles sauce tomate Pommes noisettes Fromage blanc Fruit de saison