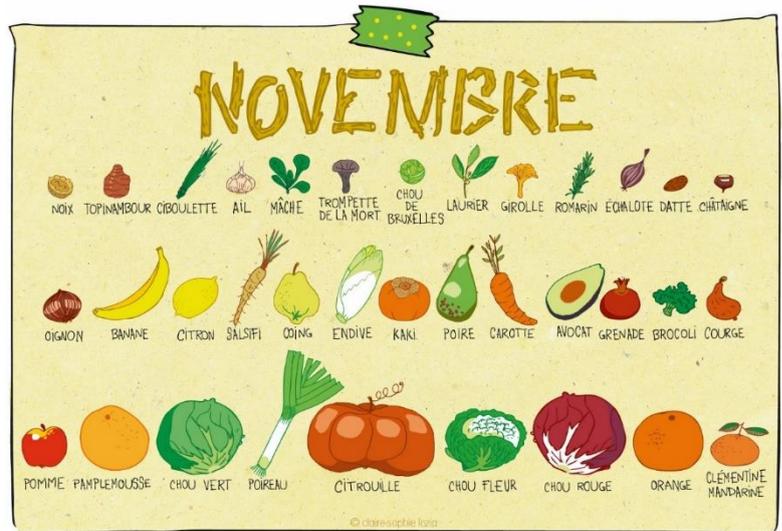


# MENUS DU RESTAURANT SCOLAIRE \* Novembre 2023



Lundi 6	Mardi 7	Jeudi 9	Vendredi 10
<p>Tortis couleur épaule</p> <p>Bœuf Bourguignon (M)</p> <p>Haricots Beurre (B)</p> <p>Samos</p> <p>Banane</p>	<p style="text-align: center;"><i>Menu Local</i></p> <p>Velouté de légumes</p> <p>(L) (M) (B)</p> <p>Omelette (3)</p> <p>Pomme de Terre (L)</p> <p>(M)</p> <p>Salade (L) (10)</p> <p>Yaourt (L) (B)</p>	<p>Salade composée</p> <p>(M)</p> <p>Rôti de Porc</p> <p>Flageolet</p> <p>Coulommiers (B)</p> <p>Kiwi</p>	<p>Betterave (M)</p> <p>Colin Pané</p> <p>Epinard / Riz (B)</p> <p>Tarte aux pommes</p>

Lundi 13	Mardi 14	Jeudi 16	Vendredi 17
<p>Carotte râpé (M) (B)</p> <p>Sauté de veau</p> <p>Purée (M)</p> <p>Yaourt aromatisé</p>	<p style="text-align: center;"><b>Menu végétarien</b></p> <p>Velouté de pois cassé (M)</p> <p>Tarte aux poireaux (M)</p> <p>Salade</p> <p>St nectaire</p> <p>Fruits de saison</p>	<p>Salade lyonnaise (M)</p> <p>Saucisson brioché</p> <p>Haricot vert</p> <p>Fromage blanc /praline rose</p>	<p>Friand fromage</p> <p>Poisson frais</p> <p>Riz (B)</p> <p>Kiri</p> <p>Fruits</p>

Lundi 20	Mardi 21	Jeudi 23	Vendredi 24
Salade de pomme de terre/tomme blanche (M) Steak haché Poêlée champêtre (M) Poire	Menu local Betterave mâche (L) (10) Poulet rôti (L) Purée pomme de terre/butternut (L) (M) (7) Fromage (7) Compote du verger de Eyjeaux (L)	Salade croustons/emmental (M) Jambon blanc Gratin de pâtes (M) (B) Flan pâtissier (M)	Crêpe au fromage Filet de poisson Ecrasé de potiron (M) Fromage Crème dessert chocolat
Lundi 27	Mardi 28	Jeudi 30	Vendredi 1 Décembre
Velouté de légumes (M) Blanquette de veau (M) Riz créole (B) Cantal Poire	Menu végétarien Coquille jambon-emmental (M) Omelette aux oignons (M) Haricot vert (B) Fromage frais sucré	Salade de pomme de terre au thon (M) Steak haché grillé Brocoli Brie (B) Clémentine	Salade épaule emmental (M) Poisson frais Carottes confites (M) Eclair chocolat (B)

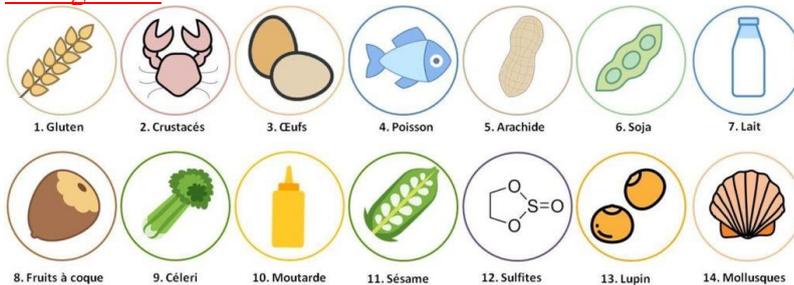
\* sous réserve d'approvisionnement et des contraintes de fonctionnement



Tous les menus sont élaborés par un-e diététicien-ne et confectionnés par les employé-es sur place avec une majorité de produits frais.

L : Local B : Bio M : Préparation maison

**Allergènes :**



### 10 CHAMPIGNONS... incontournables

L'automne remplit nos paniers et les étals des marchés de Cèpes, de Pied-de-moutons, de Chanterelles...

- Les Cèpes**  
Ils sont plusieurs à nous régaler : le Cèpe de Bordeaux, Boletus edulis, en octobre voire en septembre, le Cèpe bronzé, Boletus aereus, du printemps (pour le Midi) à mi-automne, le Cèpe d'été, le Cèpe des pins...
- L'Amanite des Césars**  
Appelée aussi Orange, Amanita caesarea pourrait détacher les Cèpes, si elle n'était pas si rare et qu'en région chaude. Confusion possible avec l'Amanite tue-mouche, toxique.
- Le Coprin chevelu**  
Coprinus comatus, excellent jeune, pousse dans les prairies ou les talus de bord de chemin. Il sort également au printemps, en été et en début d'hiver. Confusion possible avec le Coprin noir d'encre, toxique.
- La Coulemelle**  
Macrolepiota procera, la Lépiote élevée ou Coulemelle, montre sa haute silhouette dans les prairies ou les bois aérés de feuillus, de juillet à octobre.
- Le Pied de mouton**  
Hydnum repandum, présent localement dès la fin du printemps, sort en groupe à l'automne. Facile à reconnaître avec ses aiguillons, il peut parfois être confondu avec l'Hydne ferrugineux, trop coriace.
- La Girole**  
La Girole, Cantharellus cibarius. Nul besoin de commentaires. Juste à déguster.
- La Trompette-de-la-mort**  
Craterellus cornucopioides, comme les autres chanterelles, se récoltent, nombreuses, d'août à novembre.
- Les Lactaires**  
Avis partagés pour la saveur singulière des Lactaires. Parmi les plus appréciés : le Lactaire délicieux, Lactarius deliciosus, le sanguin, Lactarius sanguifluus, et le semi-sanguin, Lactarius semisanguifluus.
- Le Pied bleu**  
Lepista nuda pourrait gagner en renommée : tardif et bon comestible, il permet de ne pas rentrer totalement bredouille les premiers froids venus. Mais il annonce aussi la fin de la saison.
- Le Rosé des prés**  
Une fois bien différencié des Amanites blanches toxiques, Agaricus campestris restera un fidèle pour de nombreux chercheurs de champignons.