

ATELIER CULINAIRE ANCENIS

Semaine n°38 : du 14 au 18 Septembre 2020



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Melon		Betteraves	Salade fromagère
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Steak haché	Tajine de volaille ^L		Colombo de porc	Dos de colin meunière
	Purée du soleil	Semoule légumes couscous		Haricots beurre	Pomme vapeur sauce tomate ^B
PRODUIT LAITIER	Mimolette				
DESSERT	^L Pomme	^L Fromage blanc fermier vanille		Raisin	Compote pomme abricot

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade Marco Polo: pâtes, poivrons, surimi mayonnaise
Salade du chef: riz, tomate, œuf dur.
Ciambellone: moelleux au citron

P.A. n°4

Semaine n°39 : du 21 au 25 Septembre 2020

Escapade gourmande en Italie

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	^B Salade du chef	Tomate vinaigrette		Courgettes râpées aux poivrons et mozzarella vinaigrette à l'origan	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de dinde à l'estragon	Rôti de bœuf		Tortis façon Carbonnara	Marmite de poisson
	Petits pois	Pommes rissolées			^B Semoule
PRODUIT LAITIER					Fromage frais sucré
DESSERT	Nectarine	Mousse au chocolat		Ciambellone ^M	^L Poire

^B bio
Pdt de la coopérative des légumiers à Doué la Fontaine

^L Local
Bœuf de la SCAVO à Cholet
Fromage blanc du GAEC de Mezerac
Pommes et poires de chez Deshais Fruits à Trans sur Erdre

P.A. n°5



^L Circuits courts/ Produits locaux ^M maison ^B bio ^A Alternatif

ANSAMBLE
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES