



Commune de Saint Pierre d'Aurillac Semaine du 29 septembre au 3 octobre 2020



 Entrée	"Brunch!"				
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Jus de pommes fermier 	Laitue aux 2 fromages 		Samoussas aux légumes	Concombre bulgare 
Viande	Croissant "sandwich" garni	Couscous végétarien aux légumes de saison et pois chiches 		Poulet rôti	Filet de poisson frais "pêche du jour", sauce citronnée
Accompagnement	Garniture : jambon de dinde, œufs durs, tomates cerises marinées, roquette, oignons roses et mayonnaise)			Petits pois paysanne	Riz créole 
Dessert	Assortiment de goudas (Fromager Gironde/Dropt)	Yaourt nature fermier et petit pot de confiture 		Fromage	Produit laitier 
	Crumble "énergie" (poires de St Pierre d'Aurillac) 			Fruit 	

Les fruits et légumes : sources de glucides, minéraux, vitamines fibres

Les produits laitiers : sources de protéines, calcium, vitamines

Les féculents : source de glucides complexes, protéines végétales, vitamines

Viande poisson œufs : sources de protéines animales, fer.

Goûter



Produit Bio



Produits de saison



Circuit court

Les repas étant fabriqués à partir de produits frais, les menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des approvisionnements