



Restaurant Municipal PLONEOUR-LANVERN

restaurant@ploneour-lanvern.fr

02 98 82 66 00

Menus de novembre 2017

Lundi 6 novembre	Mardi 7 novembre	Mercredi 8 novembre	Jeudi 9 novembre	Vendredi 10 novembre
Potage	Salade, croûtons cantal	Feuilleté au fromage	Carottes râpées bio à l'orange	Charcuterie salade verte
Sauté de poulet sauce aigre douce Nouilles de riz	Rôti de porc Frites	Gratin de légumes	Mijoté de bœuf à la mexicaine Haricots verts	Poisson de nos côtes brunoise de légumes Blé
Fromage Pommes des vergers de PLOZEVET	Ananas au sirop	Banane	Fromage, compote	Fromage, kiwi

Lundi 13 novembre	Mardi 14 novembre	Mercredi 15 novembre	Jeudi 16 novembre	Vendredi 17 novembre
Betteraves rouges vinaigrette	Concombre vinaigrette	Salade composée (tomate, pommes de terre saucisses de strasbourg)	Maquereau à la moutarde	Salade far ouest (salade, poulet, maïs amandes)
Paupiette de dinde sauce au pesto Pommes rissolées	Couscous Merguez	Pizza 4 fromages Salade verte Salade de fruits	Colombo d'agneau Flageolets, carottes	Poisson de nos côtes poêlée de champignons riz
Fromage, clémentine	Glace	maison	Fromage, raisin	Yaourt bio

Lundi 20 novembre	Mardi 21 novembre	Mercredi 22 novembre	Jeudi 23 novembre	Vendredi 24 novembre
nems salade verte	Potage	Rillettes de poulet salade verte	Pamplemousse	Salade de riz
Sauté de veau sauce moutarde à l'ancienne Boullgour bio	Canard à l'orange Pâtes bio	Omelette Poêlée de légumes	Cassoulet maison Yaourt sucré	Poisson pané Haricots beurre Fromage Pommes des vergers de PLOZEVET
Fromage, compote	Fromage, ananas	Pâtisserie	Salade de fruits	

Lundi 27 novembre	Mardi 28 novembre	Mercredi 29 novembre	Jeudi 30 novembre	Vendredi 1 décembre
Salade aux 2 fromages	Macédoine de légumes	Salade océane	Concombre vinaigrette	Charcuterie salade verte
Sauté de volaille au lait de coco Semoule de couscous	Sauté de porc Aux lentilles bio	Brouchettes au chèvre Salade	Bœuf, carottes	Quenelle de Brochette Gratinée Pomme vapeur
Compote pomme fraise	Fromage, kiwi	Pêche au sirop	Riz au lait	Pâtisserie

Légende:

	Crudité
	Element protidique
	Féculent
	Produit laitier
	Légumes & fruits cuits



Bleu-Blanc-Cœur un réseau de producteurs engagés :
une filière reconnue par le ministère de l'agriculture



Viande Bovine d'origine et qualité française

