



Restaurant Municipal PLONEOUR-LANVERN

restaurant@ploneour-lanvern.fr

02 98 82 66 00



Menus de janvier 2021

				Repas végétarien
Lundi 4 janvier	Mardi 5 janvier	Mercredi 6 janvier	Jeudi 7 janvier	Vendredi 8 janvier
Betteraves rouges à l'échalotte	Salade composée (thon, maïs, riz et tomates confites)	Taboulé	Pamplemousse	Salade croûtons cantal
Navarin d'agneau Flageolets	Escalope de dinde sauce normande Petits pois, carottes	Croissant au jambon Salade verte	Gratin de poisson	Pâtes bolognaise façon végétarienne fromage râpé
Fromage, fruit	Yaourt, fruit	Yaourt aux fruits mixés	Compote	Salade de fruits
				Repas végétarien
Lundi 11 janvier	Mardi 12 janvier	Mercredi 13 janvier	Jeudi 14 janvier	Vendredi 15 janvier
Crème de potimarrons	Carottes râpées	Salade niçoise (haricots verts, œufs, thon poivrons, olives, tomates)	Charcuterie	Salade de chèvre
Palet Hénaff Pois cassés	Poisson pané Haricots beurre	Gratin de choux fleur	Bœuf bourguignon Pommes au four	Gratin de pâtes aux champignons
Fromage, fruit	Eclair au chocolat	Fromage blanc	Fromage, fruit	Yaourt sucré
				Repas végétarien
Lundi 18 janvier	Mardi 19 janvier	Mercredi 20 janvier	Jeudi 21 janvier	Vendredi 22 janvier
Potage	Salade d'endives aux raisins	Feuilleté au fromage Salade verte	Rillettes de thon	Salade amandes grillées maïs
Curry de veau Boullgour	Sauté de poulet sauce thaï Nouilles de riz	Omelette Poêlée de légumes	Jambon	Chili végétarien
Fromage, fruit	Fromage, compote	Fruit	Salade de fruits	Crème chocolat
				Repas végétarien
Lundi 25 janvier	Mardi 26 janvier	Mercredi 27 janvier	Jeudi 28 janvier	Vendredi 29 janvier
Samoussa de bœuf	Pamplemousse	Salade de crudités	Carottes râpées	Charcuterie
Blanquette de dinde Pâtes	Sauté d'agneau Lentilles	Pizza 4 fromages	Hachis parmentier façon végétarienne	Poisson de nos côtes Ratatouille Quinoa
Fromage, fruit	Pâtisserie	Compote	Yaourt à la fraise	Fromage, fruit

Légende:

	Crudité
	Élément 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