

# Menu du RESTAURANT SCOLAIRE

## AOÛT 2018

### L'avocat : fruit ou légume ?

> L'avocat est le **fruit de l'avocatier**, un arbre originaire du **Mexique**. Vert ou noir, sa particularité est de procurer des « bonnes » graisses insaturées et de la vitamine E. Il s'accommode avec de nombreux plats, dans lesquels il apporte fraîcheur et exotisme.

#### > SES ATOUTS POUR LA SANTÉ : DES MATIÈRES GRASSES !

L'avocat est l'exception qui confirme la règle des légumes sans matières grasses, et il n'en contient pas qu'un peu. Mais ce sont des « bons » acides gras insaturés (rôle dans la prévention des troubles cardiovasculaires). Une exception saine, donc !



Mercredi 1	Cervelas	Emincé de dinde à la crème Brocolis	Camembert Glace
Jeudi 2	Pâtes au thon	Rôti de porc aux pruneaux Flageolets	Fromage blanc *
Vendredi 3	Concombre/Maïs	Filet de poisson beurre blanc Riz	Brie Salade de fruits
Lundi 6	Macédoine mayonnaise	Pâtes à la Carbonara	Gruyère rapé Compote de pommes
Mardi 7	Betteraves/Maïs	Poulet basquaise Petits pois carottes	Entremets chocolat
Mercredi 8	Oeuf dur salade	Paupiettes de veaux forestière Courgettes au gratin	Tomme blanche Beignet framboise
Jeudi 9	Toasts à la sardine	Boeuf napolitaine Riz créole	Yaourt sucré
Vendredi 10	Avocats vinaigrette	Emincé Kebab Frites	Emmental Kiwi
Lundi 13			
Mardi 14			
Mercredi 15			
Jeudi 16	Radis croq au sel	Kefta d'agneau Semoule	Camembert Batonnet de glace
Vendredi 17	Boulgour en salade	Oeufs gratinés sauce béchamel Epinards	Edam Pêches au sirop
Lundi 20	Céleri rémoulade	Boeuf bolognaise Pâtes	Gruyère rapé Raisins
Mardi 21	Crêpes au fromage	Brin de veau provençal Poêlée de légumes	Tomme grise Timbale glacée
Mercredi 22	Melon	Pizza au fromage Salade verte	Entremets vanille
Jeudi 23	Saucisson à l'ail	Escalope de dinde à la crème Pommes noisettes	Fromage Fruit de saison
Vendredi 24	Salade de pâtes Marco Polo	Galettes saucisse Salade verte	Yaourt aux fruits
Lundi 27	Friand au fromage	Sauté de veau Purée de pommes de terre	Gouda Abricots au sirop
Mardi 28	Tomates mimosa	Fondant de porc aux pommes Carottes Vichy	Île flottante
Mercredi 29	Rillettes cornichons	Rôti de boeuf Haricots verts	Yaourt au caramel
Jeudi 30	Pastèque	Poisson pané Boulgour Pilaf	éclair au chocolat
Vendredi 31	Carottes rapées vinaigrette	Sot l'y laisse de dinde Potatoes	Tomme des Pyrénées Pêches



Filière Bleu Blanc Coeur



Produit local direct producteur



Viande Française

www.ville-noyalsurvilaine.fr

Noyal sur  
Vilaine

Il est proposé aux enfants en fin de repas 10 à 12cl de lait à boire. Le service se réserve le droit de modifier les menus en cas de difficulté notamment de réapprovisionnement. Origine des viandes bovines : France. Le service de la restauration scolaire se tient à votre disposition pour toute information sur la présence d'allergènes dans les plats proposés.