



Louans (Elémentaire)
Menus du 31/05/2021 au 04/06/2021



Menu de la semaine

Lundi

Salade de fenouil et carotte
vinaigrette moutarde

Boulettes au mouton sauce
tomate

Printanière de légumes

Yaourt aromatisé

Pêche

Mardi

Carottes râpées

Chili sin carne
Riz

Rondelé ail et fines herbes

Coupelle de purée de poires

Mercredi

Jeudi

Salade de lentilles

Sauté de boeuf printanier
Haricots beurre
au persil

Camembert

Banane

Vendredi

Salade verte
vinaigrette moutarde

Pavé de colin d'Alaska PMD pané
au riz soufflé
Farfallines

Edam

Abricot

Bon Appétit

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille



Louans (Elémentaire)

Menus du 07/06/2021 au 11/06/2021



Menu de la semaine

Lundi

Concombre en rondelles
vinaigrette au basilic

Aiguillettes de poulet
Sauce vallée d'auge (crème,
champignon, oignon et pomme)
Purée d'épinards et pommes de
terre

Montcadi croûte noire

Lacté saveur chocolat

Mardi

Salade de pâtes (torti, tomate,
poivron, échalote)

Sauté de veau sauce poivrade
(carotte, oignon, persil)
Poêlée d'été (duo de courgettes,
haricot plat et maïs)

Gouda

Fruit frais

Pomme de producteur local

Mercredi

Jeudi

Melon charentais

Pizza tomate, mozzarella et olive
sur lit de salade verte
vinaigrette moutarde

Fraidou

🍷 Clafoutis myrtille (farine locale)
du chef

Vendredi

Salade de riz composée

Pavé de merlu PMD sauce
ciboulette
Carottes
au jus de légumes

Yaourt aromatisé

Orange

Bon Appétit



Plat du chef

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille



Louans (Elémentaire)
Menus du 14/06/2021 au 18/06/2021



Menu de la semaine

Lundi

Tomates mozzarella
vinaigrette balsamique

Sauce aux trois fromages
Torsades

Fromage blanc sucré

Compote de pommes et poires
allégée en sucre

Mardi

Tranche de pastèque

Poulet rôti
sauce au curry
Riz

Carré

Lacté saveur vanille

Mercredi

Jeudi

Taboulé

Boulettes au mouton sauce tomate

Courgettes à l'ail

Yaourt nature sucré

Ananas

Vendredi

Concombres tsatziki

 Poisson pdu à la portugaise
(poisson accompagné de pommes
de terre lamelles, poivrons et
tomates)

Petit Cotentin

Liégeois chocolat

Bon Appétit



Pêche durable

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille



Louans (Elémentaire)
Menus du 21/06/2021 au 25/06/2021



Menu de la semaine

Lundi

Salade de tomates
vinaigrette au basilic

Dahl de lentilles corail et riz

Vache Picon

Compote de pommes et fraises
allégée en sucre

Mardi

Salade de haricots blancs et
cerfeuil

Sauté de boeuf sauce façon
orientale (épices, oignon rouge,
tomate)

Jardinière de légumes (carotte,
p.pois, h.vert, navet)

Petit fromage frais aux fruits

Orange

Mercredi

Jeudi

Crêpe au fromage

Jambon blanc
Coquillettes

Fromage blanc sucré

Pêche

Vendredi

Salade coleslaw (Carotte, chou
blanc, oignon, mayonnaise)

Courmentier de poisson PMD

Pointe de Brie

Doughnut

Bon Appétit

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille



Louans (Elémentaire)
Menus du 28/06/2021 au 02/07/2021



Menu de la semaine

Lundi

Concombre en rondelles
vinaigrette moutarde

Quenelle nature sauce tomate

Riz

Saint môret

Lacté saveur vanille nappé
caramel

Mardi

Salade de betteraves

Cordon bleu de volaille
Pommes de terre persillées

Camembert

Pomme de producteur local

Mercredi

Jeudi

Salade de tomates
vinaigrette à la ciboulette

Rôti de porc* cuit au jus
condiment méditerranéen
Haricots beurre persillés

Edam

Choux à la crème

Vendredi

Carottes râpées

Emincé de thon sauce
armoricaïne
Semoule

Tomme blanche

Compote de pommes allégée en
sucre

Bon Appétit

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille



Louans (Elémentaire)
Menus du 05/07/2021 au 09/07/2021



Menu de la semaine

Lundi

Salade de pâtes à la grecque
(tomate, poivron, brebis, olive)

—
Crispidor à l'emmental
Ratatouille à la niçoise

—
Petit fromage frais aux fruits

—
Abricot

Mardi

Salade iceberg
vinaigrette moutarde

—
Emincé de volaille kebab
Ketchup

—
Petit Cotentin

—
Mousse au chocolat au lait

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Bon Appétit

inspirations
Sogeres

la cantine pas pareille