Collège le Cèdre

Menu Cantine

Lundi 11 septembre

Salade de riz à la niçoise
ou Choix de crudités

Sauté de porc aux olives
ou Jambon grillé

Ratatouille
ou Chou-fleur fleurettes bio

Fromage ou yaourt nature bio

Crème dessert chocolat bio
ou yaourt aromatisé bio
ou choix de fruits

Mardi 12 septembre

Salade de haricots verts
ou Choix de crudités

Saucisse de poulet
ou Galette flocons d'avoine

Fèves piperade
ou Haricots rouges à la créole

Fromage ou yaourt nature bio

Pastèque
ou yaourt aromatisé bio
ou choix de fruits

Cuisiné sur place | Plat végétarien | Produit commandé sur Agrilocal 34 | Produit bio

Jeudi 14 septembre

Salade de tomate et cébettes
ou Choix de crudités

Filet de hoki au chorizo
ou Fileté de colin à l'italienne

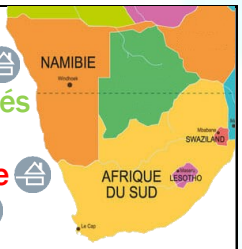
Coquillettes julienne de courgettes
ou Riz safrané au poivron

Fromage ou yaourt nature bio

Fromage blanc straciatella
ou yaourt aromatisé bio
ou choix de fruits

Vendredi, c'est Rugby

Coupe du Monde Rugby France 2023



Braaibroodjie
ou Choix de crudités

Sauté d'autruche
ou Bobotie

Chakalata
ou Ombidi aux épinards

Fromage ou yaourt nature bio

Apple strudel
ou yaourt aromatisé bio
ou choix de fruits

Chakalata

Dans une sauteuse, faites revenir un oignon émincé dans un filet d'huile. Ajoutez deux gousses d'ail pressées, deux poivrons en dés et du gingembre. Laissez revenir, à couvert, 5 à 10 minutes à feu doux. Ajoutez quatre carottes râpées et de la poudre de curry puis la pulpe de quatre tomates et deux cuillères de concentré de tomates et laissez mijoter, à couvert, 10 à 15 minutes.

- Fruits ou légumes crus
- Plat protéiné (viandes, poissons, œufs…)
- Fruits ou légumes cuits
- Produits laitiers
- Féculents
- Desserts sucrés

Menu susceptible d'être modifié en fonction des approvisionnements .