

Restaurant scolaire Luc Sur Mer

lundi 31 août	mardi 01 septembre	mercredi 02 septembre	jeudi 03 septembre	vendredi 04 septembre
	MELON	SALADE DE COQUILLETES BIO TOMATE ET MAIS 	REPAS A THEME	FEUILLETÉ AU FROMAGE
	RAVIOLIS	SAUTE DE PORC LOCAL A LA PROVENCALE 	NORMANDIE	OMELETTE (Oeufs Bio Domaine des Rouges Terres 14 local) 
	GRATINES	HARICOTS VERTS A L'AIL	SALADE VERTE ET FROMAGE	COURGETTES BRAISEES
	SALADE		MOULE FRITES	RIZ BIO 
	BRIE	BUCHETTE DE CHEVRE	PONT L EVEQUE AOP 	YAOURT VRAC LOCAL PUR PERCHE 
	GLACE	FRUIT BIO 	TARTE NORMANDE	FRUIT BIO 
	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 

Légende :

Produits Bio Produits Pêche durable Produits Labellisés Produit Local 

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.

EXEMPLE DE MENUS AUTOMNE

Restaurant scolaire Luc Sur Mer

lundi 07 septembre	mardi 08 septembre	mercredi 09 septembre	jeudi 10 septembre	vendredi 11 septembre
MOUSSE DE FOIE ET CORNICHONS	CONCOMBRE VINAIGRETTE	CAROTTES RAPEES LOCALES VINAIGRETTE (Halle de Rougeas) 	PASTEQUE	TOMATE BASILIC
SAUTE DE POULET BBC A LA BASQUAISE (Poulet local)  	POISSON MEUNIERE	BOULETTE AU BOEUF SAUCE NAPOLITAINE	PASTA PARTY sauce aux petits pois et mozzarella	ROTI DE PORC HVE SAUCE MOUTARDE (Rôti de porc local)  
SEMOULE BIO 	COEUR DE BLE BIO 	POMMES DE TERRES BOULANGÈRES LOCALES (Halle des Rougeas) 	TORSADES HVE FARINE DE BLE ET DE POIS CHICHES 	RIZ BIO 
POIVRONS BRAISES				
GOUDA	FROMAGE BLANC LOCAL PUR PERCHE 	CAMEMBERT	SAINT PAULIN	LAITAGE
FRUIT DE SAISON BIO 	FRUIT DE SAISON BIO 	GLACE	QUATRE QUART (confettionné sur place)	FRUIT DE SAISON BIO 
PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 

Légende :

Produits Bio 

Produits Pêche durable 

Produits Labellisés 

Produit Local 

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.



Toutes nos viandes sont d'origine française.

EXEMPLE DE MENUS AUTOMNE

Restaurant scolaire Luc Sur Mer

lundi 14 septembre	mardi 15 septembre	mercredi 16 septembre	jeudi 17 septembre	vendredi 18 septembre
MELON	CHOU FLEUR VINAIGRETTE	SALADE VERTE AUX CROUTONS (Salades locales Halle De Rougeas) 	SALADE DE TOMATES VINAIGRETTE	CONCOMBRE A LA CREME
COURGETTES GRATINÉES À L'ÉGRENÉ DE POIS BIO 	POULET RÔTI BIO LOCAL (Domaine des Rouges Terres BAvent) 	JAMBON BRAISÉ SAUCE NORMANDE	QUICHE PROVENÇALE	COLOMBO DE POISSON MSC 
BOULGOUR BIO 	FRITES (Pommes de terre local Rougeas) 	SEMOULE BIO 	SALADE VERTE VINAIGRETTE	RIZ BIO 
-	-	-	-	-
CANTAL AOP 	YAOURT VRAC LOCAL PUR PERCHE 	BUCHE CHEVRE	PETIT SUISSE NATURE LOCAL 	SAINT NECTAIRE AOP 
CREME CHOCOLAT (confectionnée sur place)	FRUIT DE SAISON BIO 	CREME AUX OEUFs (confectionnée sur place)	COOKIE AUX PEPITES DE CHOCOLATS (confectionnés sur place)	FRUIT DE SAISON BIO 
PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 

Légende :

Produits Bio 

Produits Pêche durable 

Produits Labellisés 

Produit Local 

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.

 Toutes nos viandes sont d'origine française.

EXEMPLE DE MENUS AUTOMNE

Restaurant scolaire Luc Sur Mer

lundi 21 septembre	mardi 22 septembre	mercredi 23 septembre	jeudi 24 septembre	vendredi 25 septembre
PASTÈQUE	MELON	CONCOMBRES VINAIGRETTE	SALADE DE TOMATE AU BASILIC	BRUSCHETTA TOMATE MOZZARELLA
TORTELLINI RICOTTA ÉPINARDS SAUCE TOMATE	ROUGAIL SAUCISSE	ÉMINCÉ DE DINDE À LA CRÈME	HACHIS PARMENTIER (Pomme de terre locales Halle de Rougeas)	FILET DE COLIN MSC SAUCE AUX CREVETTES
SALADE VERTE VINAIGRETTE (locale Halle de Rougeas)	RIZ BIO	PURÉE DE PATATE DOUCE	SALADE VERTE (locale Halle de Rougeas)	BUTTERNUT RÔTIE (locale, Halle des Rougeas) et TORTI BIO
-	-	-	-	-
CANTAL AOP	TOMME BLANCHE	PETIT SUISSE NATURE LOCAL	EMMENTAL	YAOURT VRAC LOCAL (Pur Perche)
FRUIT DE SAISON BIO	ILE FLOTTANTE	FRUIT DE SAISON BIO	TARTE FINE AUX POMMES (confectionnée sur place)	SALADE DE FRUITS
PAIN LOCAL	PAIN LOCAL	PAIN LOCAL	PAIN LOCAL	PAIN LOCAL

Légende :

Produits Bio 

Produits Pêche durable 

Produits Labellisés 

Produit Local 

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.

 Toutes nos viandes sont d'origine française.

EXEMPLE DE MENUS AUTOMNE

Restaurant scolaire Luc Sur Mer

lundi 28 septembre	mardi 29 septembre	mercredi 30 septembre	jeudi 01 octobre	vendredi 02 octobre
TOMATES VINAIGRETTE	RILLETES ET CORNICHONS	SALADE DE PERLES AU SURIMI MSC	CONCOMBRE A LA BULGARE	OEUF DUR MAYONNAISE BIO (Domaine des Rouges Terres)
SAUTE DE PORC LOCAL MIEL MOUTARDE	FILET DE DINDE SAUCE FORESTIERE	BRICK POTIMARRON FETA LARDONS	GALETTE CAROTTES AVOINE CURRY SAUCE TOMATE	FILET DE POISSON AU CITRON
SEMOULE BIO	HARICOTS VERTS À LÉTUVÉ ET RIZ BIO	SALADE VERTE	SALADE VERTE	ECRASE DE POMME DE TERRE (Pomme de terre locales Halle de Rougeas)
SAINT NECTAIRE AOP	MIMOLETTE	TOMME BLANCHE	YAOURT VRAC LOCAL (Pur Perche)	LAITAGE
POMME CUITE CARAMÉLISÉE	FRUIT DE SAISON BIO	FRUIT DE SAISON BIO	CRÊPE AU SUCRE LOCALE (La Galette d'Alençon)	FRUIT DE SAISON BIO
PAIN LOCAL	PAIN LOCAL	PAIN LOCAL	PAIN LOCAL	PAIN LOCAL

Légende :

Produits Bio

Produits Pêche durable

Produits Labellisés

Produit Local

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.



Toutes nos viandes sont d'origine française.

EXEMPLE DE MENUS AUTOMNE

Restaurant scolaire Luc Sur Mer

ANIMATION VERGERS ECO RESPONSABLES

lundi 05 octobre	mardi 06 octobre	mercredi 07 octobre	jeudi 08 octobre	vendredi 09 octobre
TOMATE VINAIGRETTE	SAUCISSON A L AIL	CONCOMBRE VINAIGRETTE	SALADE DE TOMATE, AVOCAT ET MAÏS	TABOULE (Semoule Bio) 
ÉMINCÉ DE POULET SAUCE SOJA	PAIN DE POISSON	PIZZA	LASAGNES AUX LÉGUMES	SAUTE DE BOEUF A LA CARBONNADE (Boeuf local) 
FRITES (Pomme de terres locales Halle De Rougeas) 	POMME DE TERRE SAUCE EPINARDS (Pommes de terre locale Halle de Rougeas) 	SALADE VERTE	SALADE VERTE VINAIGRETTE	PETITS POIS
BRIE	PETIT SUISSE NATURE LOCAL 	PONT L EVEQUE AOP 	CAMEMBERT	LAITAGE
FRUIT DE SAISON BIO 	POMME CUITE (Pommes issues de Vergers Eco-Responsables)	YAOURT VRAC LOCAL AU COULIS (Pur Perche) 	CAKE AU CHOCOLAT (confectionné sur place)	POT DE GLACE
PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 

Légende :

Produits Bio 

Produits Pêche durable 

Produits Labellisés 

Produit Local 

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.

 Toutes nos viandes sont d'origine française.

EXEMPLE DE MENUS AUTOMNE

Restaurant scolaire Luc Sur Mer

Menu Halloween dispo				
lundi 12 octobre	mardi 13 octobre	mercredi 14 octobre	jeudi 15 octobre	vendredi 16 octobre
SALADE VERTE AUX CROUTONS VINAIGRETTE	FOCACCIA AU BRIE	BETTERAVE BIO VINAIGRETTE 	VELOUTE DE BUTTERNUT	POTAGE POTIMARRON ET LAIT DE COCO (Potimarron local Halle Des Rougeas) 
CHILI SIN CARNE (Pois BIO) 	ROTI DE PORC HVE A LA CREME (Rôti de porc local)  	QUICHE AU THON	STEAK HACHÉ DE POULET SAUCE SANGUINOLANTE	FILET DE COLIN MSC SAUCE ANETH 
RIZ BIO 	PURÉE DE POTIMARRON ET POMMES DE TERRE (pomme de terre localeH Halle des Rougeas) 	SALADE VERTE VINAIGRETTE	SPAGHETTIS	SEMOULE BIO 
YAOURT VRAC AU SUCRE (Yaourt local Pur Perche) 	SAINT PAULIN	GOUDA	FROMAGE	CAMEMBERT
COMPOTE DE FRUITS	FRUIT DE SAISON BIO 	RISETTI AUX FRUITS ET COULIS DE FRUITS JAUNES	CAKE A L ORANGE (confectionné sur place) 	FRUIT DE SAISON BIO 
PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 	PAIN LOCAL 

Légende :

Produits Bio 

Produits Pêche durable 

Produits Labellisés 

Produit Local 

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements.



Toutes nos viandes sont d'origine française.