

École de St Ciers sur Gironde



2022

Bon appétit !

Les noix et noisettes se consomment d'octobre à mars. Riches en fibres, cuivre et manganèse, elles luttent contre le vieillissement, notamment cardiaque. Le Sud-ouest est une zone importante de production de ces deux fruits secs, d'ailleurs la noix du Périgord est une AOC.

| lundi 7 novembre | mardi 8 novembre | mercredi 9 novembre | jeudi 10 novembre | vendredi 11 novembre |
|-----------------------|------------------------------|---------------------|-------------------|----------------------|
| Carine | Repas Végétarien Geoffroy | Théodore | Léon | Armistice 18 |
| Poisson | Parmentier végétarien | | Carottes rapées | Bœuf bourguignon VBF |
| Ecrasé de brocolis | Salade verte | | Gratin chou fleur | |
| Fromage | Laitage | | Muffins | |
| Fruit frais de saison | éclair chocolat | | | |

Goûters



Produits locaux



Produit Bio



Appellation d'Origine Protégée



Produit de saison



Appellation d'origine contrôlée



Préparation maison à base de produits frais



Spécialité Traditionnelle Garantie



Viande de bœuf D'origine française



Label rouge



Gâteau d'anniversaire



Indication géographique protégée

Les menus peuvent subir des modifications indépendantes de notre volonté. Les menus sont visés par notre diététicienne en conformité avec le GEMRCN.