

**TIRAGE au SORT**  
**Je Compose mon Menu**



Nous proposons aux enfants de composer un menu suivant les règles de l'équilibre alimentaire. Une fiche de composition de Menu leur sera distribuée lors de leur passage à la Cantine. Une « boîte à Menu » sera mise à leur disposition dans la cantine où ils pourront poster leur proposition. Par la suite, un menu sera tiré au sort et il sera programmé pour le trimestre suivant. A vous de jouer !

\*\*\*\*\*

- Chandeleur le 2 février 2019
- Nouvel an Chinois le 5 Février 2019
- Saint Valentin le 14 Février 2019
- Mardi-Gras le 5 Mars 2019



A l'école, une idée pour la récré cet hiver .....

**Une récré**



**Une soupe**

Ne pas jeter sur la voie publique

	D			Provocantes
V				
Numéro secret			S	
		Sub-jonctif d'avoir (Que j')	Syllabe de prise	
Sourires de bébé			Empereur russe	
M				Particules de physicien
	T	Groupe d'abeilles		Restes de croûte de pain
			S	
			Sainte en bref	
Lignes sinueuses	N		Négation	
			Essai	
Note entre la et do		Il va avec le poivre		Pronom personnel
	N'avoua pas	I	Esprit de l'homme	A
B				



**MENUS**  
**ECOLE ELEMENTAIRE**



Janvier – Février – Mars 2019



## Janvier - Menus Prévisionnels



Lundi 7/1	Mardi 8/1	Mercredi 9/1	Jeudi 10/1	Vendredi 11/1
Hachis Parmentier Fromage Galette des Rois Clémentine 	Salade Verte/ Mimolette Filet de Poisson Poêlée Méditerranéenne Petit Suisse	Escalope de Dinde aux Champignons Coquillettes Chèvre Fruit de Saison	Carottes Râpées/Soja Frais aux Raisins Sauté de Bœuf aux Carottes Semoule Yaourt	Rôti de Porc Epinards Béchalme Kiri Banane
Lundi 14/1	Mardi 15/1	Mercredi 16/1	Jeudi 17/1	Vendredi 18/1
Poisson Meunière Gratin de Courgettes Cœur de Dame Fruit de Saison	Salade Chou Chinois Pommes Cacahuètes Rôti de Veau au Jus Riz Créole Fromage Blanc aux Fruits	Tomates/Mais/Thon/ Avocat Steak Haché Haricots Verts Assortiments de Pâtisseries	Tomates Farcies Blé Tendre Cantal Fruit de Saison	Quiche Cuisse de Poulet Rôtie Wok de Légumes Yaourt Brassé
Lundi 21/1	Mardi 22/1	Mercredi 23/1	Jeudi 24/1	Vendredi 25/1
Concombre à la Crème Rôti de Bœuf Farfelues et Râpé Compote Gourde	Betteraves Filet de Hoki Ratatouille /Pdt Eclair au Chocolat ou Café	Lasagnes Petit Suisse Fruit de Saison	Salade Verte/ Emmental Sauté de Veau aux Olives Gratin de Chou Fleur Yaourt aux Fruits	<b>MENU BELGE</b> Tomates aux Crevettes Bœuf à la Flamande Frites Edam Dessert Belge
Lundi 28/1	Mardi 29/1	Mercredi 30/1	Jeudi 31/1	Vendredi 1/2
Escalope de Dinde au Basilic Petits Pois Viennois Chocolat Fruit de Saison	Salade Verte/Bleu /Noix Sauté de Porc au Caramel Riz Cantonnois Yaourt Vanille	Omelette Pommes de Terre Kiri Fruit de Saison	Bœuf Bourguignon Carottes Carré Frais Fromage Blanc Fouetté	Charcuterie Poisson de la Criée Sauce Citron Semoule Yaourt Nature Sucré

## Février - Menus Prévisionnels



Lundi 4/2	Mardi 5/2	Mercredi 6/2	Jeudi 7/2	Vendredi 8/2
Betteraves au Thon Saucisses Lentilles Crêpe au Chocolat	Salade Verte/ Emmental Rôti de Bœuf Haricots Verts Entremets Chocolat	Cuisse de Poulet Rôtie Blé à la Tomate Edam Fruit de Saison	Crème Dubarry Filet de Poisson de la Criée Riz Yaourt Nature Sucré	Sauté de Porc au Paprika Courgettes Sautées Pavé Dafinois Fruit de Saison
Lundi 11/2	Mardi 12/2	Mercredi 13/2	Jeudi 14/2	Vendredi 15/2
Parmentier de Poisson Cantal Fruit de Saison	Endives/ Dés de Jambon Sauté de Veau Marengo Carottes Sautées Yaourt aux Fruits	Salade Verte Surimi Steak Haché Purée Crécy Chou à la Crème	Nuggets de Poulet Petits Pois Saint Bricet Fruit de Saison	Verrines de Betteraves Poulet à l'Australienne Ecrasée de Patates Douces Fromage de Brebis Kiwi
Lundi 18/2	Mardi 19/2	Mercredi 20/2	Jeudi 21/2	Vendredi 22/2
Velouté de Poireaux/ Pdt au Kiri Rôti de Bœuf Gnocchi à la Romaine Gratinés Blanc Vanillé	Concombre à la Crème Poisson Poêlée Campagnarde Compote	Spaghettis Bolognaise Yaourt aux Fruits Fruit de Saison	Salade Verte/ Emmental Escalope de Veau Carottes Vichy Mousse au Chocolat	Cuisse de Poulet Rôtie Ratatouille /Pdt Camembert Fruit de Saison
Lundi 25/2	Mardi 26/2	Mercredi 27/2	Jeudi 28/2	Vendredi 1/3
Céleri Rémoulade Sauté de Dinde Forestière Chou Fleur Braisé Riz au Lait Maison	Carottes Râpées Rôti de Porc Coquillettes Fruit de Saison	Poisson Sauce Aurore Pomme Vapeur Saint Paulin Fruit de Saison	Salade/ Mimolette Steak Haché Gratin de Courgettes Tarte aux Pommes	Velouté de Tomates aux Vermicelles Chipolatas Haricots Beurre Yaourt Brassé aux Fruits

## Mars – Menus Prévisionnels



Lundi 4/3	Mardi 5/3	Mercredi 6/3	Jeudi 7/3	Vendredi 8/3
Charcuterie Rôti Bœuf Petits Pois Chou Vanille	Couscous au Poulet Cœur de Dame Fruit de Saison	Carottes Râpées Cordon Bleu Haricots Beurre Liégeois	Salade Verte au Chèvre et Miel Rôti de Veau à la Tomate Farfalles Yaourt Nature	Poisson de la Criée Carottes Vichy Camembert Fruit de Saison
Lundi 11/3	Mardi 12/3	Mercredi 13/3	Jeudi 14/3	Vendredi 15/3
Salade Boulettes de Bœuf à la Tomates Chou Fleur Persillé Tomme Noire Fruit de Saison	Avocat/ Surimi Rôti de Bœuf Frites Crème Pâtisserie et Pêche	Saucisse Francfort Purée Brie Fruit de Saison	Tomate Garnie au thon Poisson de la Criée Riz Entremets Chocolat	Taboulé Manchons Laqués Poêlée Exotique Flan pâtissier
Lundi 18/3	Mardi 19/3	Mercredi 20/3	Jeudi 21/3	Vendredi 22/3
Endives/ Emmental /Noix Rôti de Bœuf Carottes Sautées Gâteau de Semoule	Aiguillettes de Dinde Gratin Dauphinois Edam Fruit de Saison	Raviolis Salade Saint Paulin Mousse Chocolat	Rôti de Veau Purée de Courgettes Comté Fruit de Saison	Salade Verte Mimolette Poisson de la Criée Semoule aux Petits Légumes Crème Dessert à la Vanille
Lundi 25/3	Mardi 26/3	Mercredi 27/3	Jeudi 28/3	Vendredi 29/3
Cuisse de Poulet Rôtie Spaghettis Natures Chèvre Fruit de Saison	Betteraves Sauté de Bœuf Petits Pois Yaourt aux Fruits	Beignets Calamars Riz Créole Babybel Fruit de Saison	Salade de Tomates/ Mozzarella Sauté de Dinde aux Champignons Chou Fleur Petit Suisse	Carottes Râpées Filet Meunière Gratin de Courgettes Beignet Chocolat