

AMUSEZ-VOUS MAIS PROTÉGEZ-VOUS



SANS OUBLIER si

CANICULE, FORTES CHALEURS
ADOPTÉZ LES BONS RÉFLEXES

MOILLER SON CORPS ET SE VENTILER

MANTENIR SA MAISON AU FRAIS - FERMER LES VOILETS LE JOUR

DONNER ET PRENDRE DES NOUVELLES DE SES PROCHES

BOIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EAU

MANGER EN QUANTITÉ SUFFISANTE

NE PAS BOIRE D'ALCOOL




EN CAS D'URGENCE, APPELEZ LE 15

ÉVITER LES EFFORTS PHYSIQUES

Mairie des Sablons 17120 Saint-Jean-de-Marsac

GLACE FACILE & RAPIDE

Ingrédients pour 4 personnes

-  20 cl de crème fraîche
-  3 cuillères à soupe de sucre
-  8 cuillères à soupe de sirop de fraise

Préparation (10 minutes) :

ÉTAPE 1

Dans un plat muni d'un bec verseur, mettre la **crème fraîche**, le **sucre** et le **sirop**. Mélanger le tout au fouet à main jusqu'à ce que le sucre soit fondu et le mélange soit homogène.

ÉTAPE 2

Verser la préparation dans un support pour 4 **glaces** et mettre au congélateur quelques heures.

Recommandation : Prendre un sirop de qualité

Ustensiles :

- * 1 sorbetière
- * 1 fouet
- * 1 Saladier
- * 1 cuillère en bois
- * 1 congélateur



www.mairie-lanton.fr



MENUS ECOLE ELEMENTAIRE



Juillet-Août-Septembre 2019



Vive Les Vacances










 Service Restauration






Juin-Juillet- Menus prévisionnels

Juillet-Août- Menus prévisionnels

Aout-Septembre – Menus prévisionnels

Lundi 24/6	Mardi 25/6	Mercredi 26/6	Jeudi 27/6	Vendredi 28/6
Quiche Lorraine Rôti de Bœuf Carottes Vichy Mousse Chocolat	Cuisse de Poulet Purée Maison Ptit Louis Fruit de Saison	Salade de Tomates au Basilic Raviolis Frais Sauce Aurore Crème Dessert au Chocolat	Poisson Courgettes Gratinées Saint Paulin Riz au Lait Maison	Melon/ Pastèque Hamburger Frites Glace Mickey
Lundi 1/7	Mardi 2/7	Mercredi 3/7	Jeudi 4/7	Vendredi 5/7
Nuggets de Poulet Haricots Verts Camembert Banane	Salade Verte Hachis Parmentier Pêlé Mêle Desserts Lactés		Salade Emmental Poisson de la Criée Semoule Animation Glace	Betteraves Escalope de Dinde Ratatouille Tarte Abricots
Lundi 8/7	Mardi 9/7	Mercredi 10/7	Jeudi 11/7	Vendredi 12/7
Concombres à la Crème Rôti de Bœuf Carottes Sautées Compote	Menu Américain 	Légumes Farcis Riz Mini Roitelet Fruit de Saison	Escalope de Poulet aux Champignons Poêlée Méditerranéenne Saint Paulin Pruneaux au Sirop	
Lundi 15/7	Mardi 16/7	Mercredi 17/7	Jeudi 18/7	Vendredi 19/7
Wings de Poulet Semoule aux Petits Légumes Croc Lait Fruit de Saison	Carottes Râpées Boulettes de Bœuf au Romarin Haricots Beurre Beignet Chocolat	Spaghettis Bolognaise Edam Fruit de Saison	Menu « à la ville » 	Jeux de Piste ARCACHON 

Lundi 22/7	Mardi 23/7	Mercredi 24/7	Jeudi 25/7	Vendredi 28/7
Salade de Pâtes au Thon Fromage Compote Gourde	 	Menu « Super Héros » 	Pastèque Cordon Bleu Petits Pois Petits Suisse	Beignet de Calamars Riz Créole Rondelé Fruit de Saison
Lundi 29/7	Mardi 30/7	Mercredi 31/7	Jeudi 1/8	Vendredi 2/8
Friand au Fromage Roti de Bœuf Froid Gratin de Chou-fleur Glace	Menu « Pirates » 	Couscous Poulet Agneau Camembert Fruit de Saison	Melon Emincé de Dinde au Curry Carottes Vichy Yaourt aux Fruits	 
Lundi 5/8	Mardi 6/8	Mercredi 7/8	Jeudi 8/8	Vendredi 9/8
Saucisse de Francfort Epinards Béchalme Chevretine Fruit de Saison	Pastèque Sauté de Bœuf aux Carottes Fusilli Viennois Chocolat	Menu « à la Ferme » 	Carottes Râpées Poisson Riz aux Petits Légumes Petit Suisse aux Fruits	 
Lundi 12/8	Mardi 13/8	Mercredi 14/8	Jeudi 15/8	Vendredi 16/8
Tomates Farcies Farfalle Mini Roitelet Fruit de Saison	 Château de RAUZAN  	Menu « à l'Epoque » 	15 Aout  Jours fériés 	Melon Noix de Jambon au Miel Gratin Dauphinois Mixé aux Fruits

Lundi 19/8	Mardi 20/8	Mercredi 21/8	Jeudi 22/8	Vendredi 23/8
Cuisse de Poulet Rôtie Gratin de Courgettes Saint Moret Fruit de Saison	Pastèque Nuggets de Bœuf Haricots Beurre Persillés Petit Suisse Nature Sucré	Spaghettis Bolognaise Ptit Louis Fruit de Saison	Menu « à la Fête Foraine »  Fête foraine	Voilà c'est fini!  
Lundi 2/9	Mardi 3/9	Mercredi 4/9	Jeudi 5/9	Vendredi 6/9
 Pâté de Campagne Raviolis Gratinés Fruit de Saison	Melon Poulet Coco Riz Yaourt Nature Sucré	Salade Verte aux Croûtons Omelette Paysanne Crème Vanille	Carottes Râpées Rôti de Bœuf Purée Fromage Blanc aux Fruits	Nuggets de Poisson Ratatouille Edam Fruit de Saison
Lundi 9/9	Mardi 10/9	Mercredi 11/9	Jeudi 12/9	Vendredi 13/9
Cuisse de Poulet Rôtie Purée Crécy Babycrème Fruit de Saison	Concombres à la Crème Boulettes de Bœuf aux Epices Semoule Yaourt aux Fruits	Steak Haché Coquillettes Gouda Fruit de Saison	Salade Verte Emmental Poisson de la Criée Riz Créole Petit Suisse	Betteraves au Thon Sauté de Porc aux Pignons Courgettes Sautées Chou à la Crème
Lundi 16/9	Mardi 17/9	Mercredi 18/9	Jeudi 19/9	Vendredi 20/9
Menu «Chinois» 	Rôti de Bœuf Haricots Verts Persillés Camembert Riz au Lait Maison	Beignets Calamars Pomme de Terre Vapeur Yaourt Nature Sucré Poires au Sirop	Sauté de Veau Marengo Purée de Patate Douce Comté Fruit de Saison	Salade Verte Mimolette Poisson Sauce Aurore Gratin de Potiron Yaourt Brebis