

RS ST Mars de Coutais
Du 03/11/2025 au 07/11/2025

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Betteraves BIO Bio - Vinaigrette
Émincé de porc à l'Orientale
Tortis BIO Bio
Fruit de saison BIO

Mardi

Carottes râpées BIO Bio - Vinaigrette
Boulettes de blé façon thai - Sauce curry
Riz à la tomate
Rocher coco du chef

Mercredi

Friand au fromage
Nuggets à la volaille
Île flottante

Jeudi

Coleslaw BIO Bio
Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes - Jus lié viande
Choux fleurs BIO gratinés
Riz au lait

Vendredi

Potage aux **légumes BIO Bio**
Parmentier de **colin MSC**
Salade verte BIO Bio - Vinaigrette
Fruit de saison



RS ST Mars de Coutais
Du 10/11/2025 au 14/11/2025

		Déjeuner école st mars de coutais		
		Lundi	Chiffonnade de salade verte et croûtons - Effiloché d'endives - Vinaigrette Encornets à l'espagnole Riz créole Fruit de saison	
		Mardi		
		Mercredi	Betteraves BIO <small>Bio</small> - Vinaigrette Pizza tomate fromage Brocolis BIO poêlés <small>Bio</small> Panna cotta du Chef au coulis de fraises	
		Jeudi	Velouté de potiron au curry Parmentier de lentilles à la tomate Salade verte - Vinaigrette Fruit de saison	
		Vendredi	Salade de riz BIO , maïs et ciboulette <small>Bio</small> Rôti de porc - Jus lié thym et citron Carottes braisées Gâteau au yaourt et aux smarties	

RS ST Mars de Coutais
Du 17/11/2025 au 21/11/2025

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi
Mardi
Mercredi
Jeudi
Vendredi

Crêpe au fromage
Sauté de **dinde LOCALE** - Jus lié viande
Purée de potiron Bio
Fruit de saison

Salade chinoise
Riz cantonais végétarien
Riz pilaf
Tarte au flan à la coco

Salade fromagère - Vinaigrette
Escalope de porc - Sauce charcutière
Pennes BIO Bio
Éclair à la vanille

Pâté de campagne - Cornichons
Sauté de **boeuf LOCAL** à la moutarde
Haricots verts braisés
Crème dessert du chef à la vanille

Potage aux poireaux et pommes de terre
Colin MSC meunière MSC
Pommes de terre rôties au thym
Fruit de saison

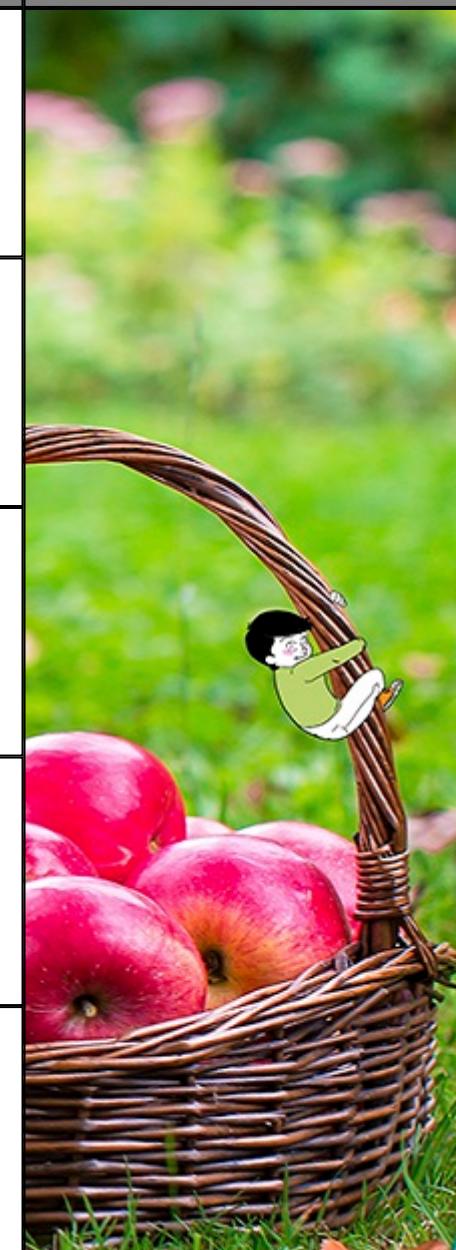


RS ST Mars de Coutais
Du 24/11/2025 au 28/11/2025

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi	<p>Betteraves BIO - Vinaigrette Jambon grillé - Sauce ketchup maison Pommes de terre rissolées Fruit de saison</p>
Mardi	<p>Potage de légumes Salade verte BIO - Vinaigrette - Mimolette Koulibiac de carottes BIO, riz et œufs durs - Sauce blanche Tortellini ricotta et épinards, sauce à l'Emmental Salade verte - Vinaigrette Yaourt aromatisé LOCAL </p>
Mercredi	<p>Chou blanc râpé et lardons - Vinaigrette Parmentier de colin MSC Potimarron rôti Pêches au sirop</p>
Jeudi	<p>Chiffonnade de batavia au maïs - Vinaigrette Bolognaise Tortis BIO Compote du chef aux pommes LOCALES </p>
Vendredi	<p>Toast gratiné à l'Emmental Filet de poisson MSC - Sauce au paprika acidulé Petits pois aux oignons Cookie à la noisette</p>



RS ST Mars de Coutais
Du 01/12/2025 au 05/12/2025

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi

Carottes BIO et chou blanc râpés aux raisins secs - Vinaigrette
Saucisse au blé et pois à la provençale - Riz
Riz créole
Fruit de saison BIO

Mardi

Bouillon de légumes aux vermicelles
Bourguignon de **bœuf BIO**
Purée de butternut et **carotte BIO**
Crème dessert du chef au praliné

Mercredi

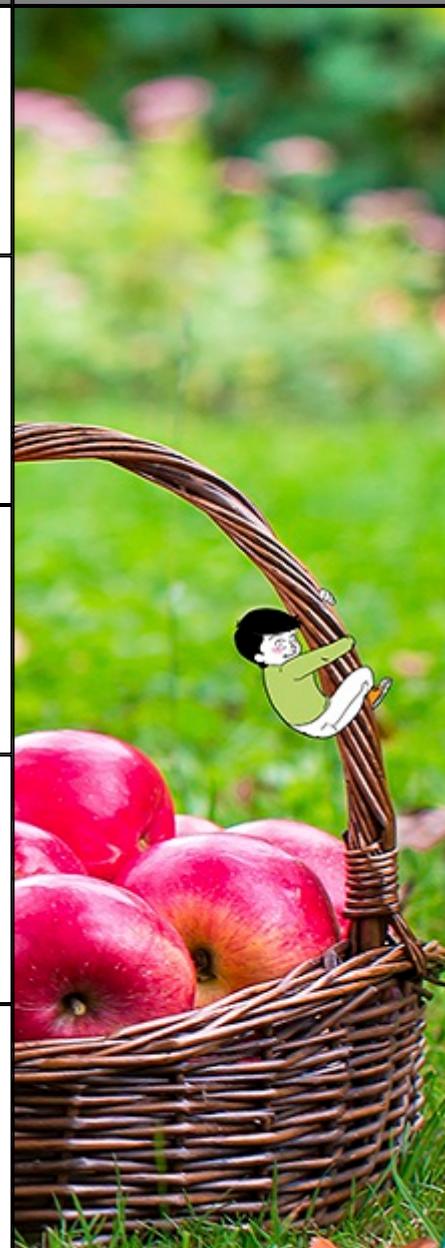
Friand au fromage
Omelette BIO
Petits pois au jus
Fruit de saison BIO

Jeudi

Salade de **pâtes BIO**, maïs et ciboulette
Sauté de **dinde BBC** - Jus lié thym et citron
Haricots verts
Banane à la crème anglaise nappée au caramel

Vendredi

Velouté de potiron
Gratin de pommes de terre façon tartiflette
Salade verte - Vinaigrette



RS ST Mars de Coutais
Du 15/12/2025 au 19/12/2025

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi
Mardi
Mercredi
Jeudi
Vendredi

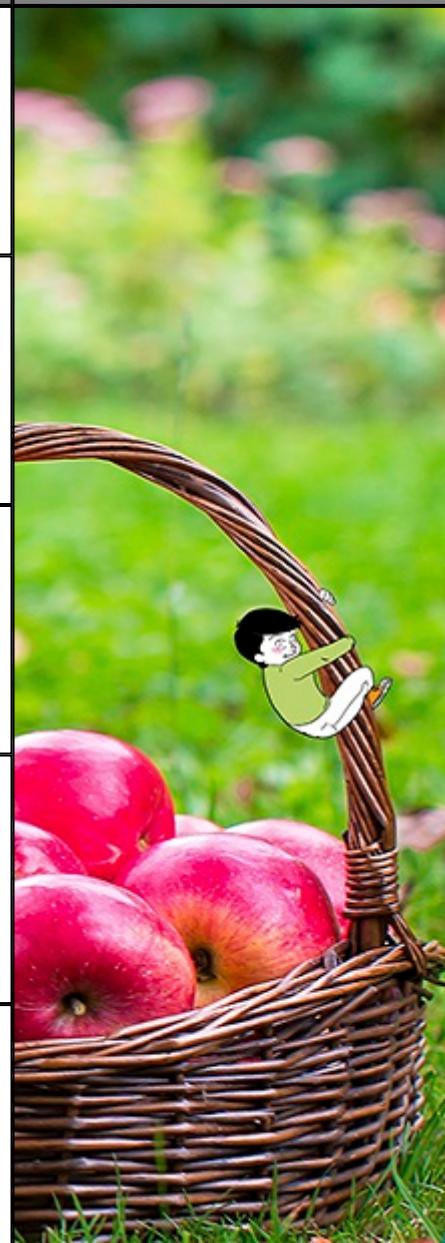
Potage de légumes
Sauce aux petits pois et mozzarella
Pennes BIO Bio
Fruit de saison

Émincé de chou chinois - Vinaigrette thaï - Croûtons
Sauté de porc à la moutarde
Fondue de poireaux
Crème dessert du chef à la vanille

Carottes BIO râpées à la vinaigrette Bio
Sauté de poulet forestière
Pennes BIO Bio
Fromage blanc BIO à la confiture Bio

Verrine de **carotte BIO** façon guacamole, chèvre et son toast - Jus de pomme BIO
Escalope de dinde panée au paprika du chef - Sauce cajun
Pomme pin
Choux-fleurs rôti - Pesto vert
Buche du chef Cara'uète
Clémentine

Taboulé d'Hiver (**semoule HVE**)
Filet de colin MSC au citron (E)
Julienne de légumes à l'huile d'olive
Fruit de saison



RS ST Mars de Coutais
Du 08/12/2025 au 12/12/2025

Déjeuner école st mars de coutais



Lundi
Mardi
Mercredi
Jeudi
Vendredi

Salade fromagère - Vinaigrette
Émincé de porc - Sauce aux oignons rouges
Mogettes de Vendée
Poires au sirop

Carottes BIO râpées à la vinaigrette
Sauté de **poulet LOCAL** - Sauce au paprika
Gratin de choux fleurs
Fruit de saison

Salade de perles de pâtes au **surimi MSC** - Vinaigrette
Escalope de dinde - Jus lié thym et citron
Carottes au cumin
Fruit de saison BIO

Saucisson à l'ail
Emincé de pois et blé - Sauce orientale
Semoule BIO
Tarte aux **pommes LOCALES**

Macédoine mayonnaise
Chili con carne (**boeuf BIO**)
Riz créole
Fruit de saison BIO

