

## Du 15 au 19 mars

### Lundi 15 mars

#### Menu alternatif

Salade mélangée  
Couscous aux légumes  
Calin fruit  
Crêpe + nutella

### Mardi 16 mars

Chou fleur en salade  
Thon à la catalane  
Riz  
Brillat savarin et crotin chavignol (chèvre)  
Kiwi

### Mercredi 17 mars

Betteraves  
Chili con carne  
(bœuf BIO)  
Petit louis / orange

### Jeudi 18 mars

Pizza  
Sauté de porc aux olives\*  
Carottes sautées  
Normaville et reblochon  
Poire

\* Brochette de dinde / ketchup

### Vendredi 19 mars

Endives / roquefort / noix  
Poulet au thym  
P. de terre en robe des champs / beurre  
Pomme

\* **repas sans porc**

## Du 22 au 26 mars

### Lundi 22 mars

Batavia  
Œufs durs sauce aurore  
Gratin de macaronis  
Crème anglaise / madeleine

### Mardi 23 mars

Soupe aux poireaux  
Brochette de colin pané / citron  
Salsifis sautés  
Tomme crayeuse et coulommiers  
Banane

### Mercredi 24 mars

Salade de pommes de terre  
Rôti de veau  
Gratin de courge  
Minicabrette / pomme

### Jeudi 25 mars

1/2 jambon\* / beurre  
Laitue  
Raviolis au bœuf gratinés  
Yaourt nature sucré / ananas

\*1/2 tielle

### Vendredi 26 mars

Salade de riz  
Rôti de porc\*  
Haricots verts sautés  
Brie et pavé d'affinois  
Orange

\*escalope viennoise

## *Cuisine centrale du SJVOM de Frontignan*

## Menus du 1er au 26 mars 2010



**Les menus ont été  
validés à la commission  
du 12 janvier**

*tel : 04 67 43 47 69*

## Du 1er au 5 mars

### Lundi 1er mars

Chiffonnade de laitue iceberg  
Spaghettis carbonara\*  
(jambon, lardons) + râpé  
Compote pomme / banane  
Palmier

\* carbonara à la dinde

### Mardi 2 mars

Friand à la viande\*  
Yassa au poulet  
Courgettes sautées  
Mont Lacaune et seillon des Cévennes (chèvre)  
Poire

\*Friand au fromage

### Mercredi 3 mars

Carottes râpées  
Coq au vin  
Pommes vapeur  
Chocolat Liégeois

### Jeudi 4 mars

Concombre / maïs  
Bœuf bourguignon  
Riz pilaf  
Fromage blanc

### Vendredi 5 mars

Pois chiches  
Tielle sétoise  
Haricots plats  
Saint Paulin et tendre bleu  
Pomme

**Pain de campagne**

**repas sans porc**

## Du 8 au 12 mars

### Lundi 8 mars

Soupe de légumes  
Filet de colin mayonnaise  
Ratatouille  
Tomme de brebis et camembert  
Banane

### Mardi 9 mars

#### **Menu BIO**

Salade verte  
Jambon\*  
Purée  
Flan

**Pain complet**

\*Jambon de dinde

### Mercredi 10 mars

Pamplemousse  
Moules marinière  
Pommes sautées  
Petits suisses aromatisés

### Jeudi 11 mars

Saucisson / beurre\*  
Rôti de dindonneau  
Chou vert en potée  
Yaourt nature sucré / orange

\*Pâté sans porc

### Vendredi 12 mars

Radis / beurre  
Veau marenco  
Penne rigate  
Bleu d'Auvergne et bûche de chèvre  
Ananas

## LA CUISINE CENTRALE DU SIVOM\* DE FRONTIGNAN

**2600** repas sont préparés tous les jours par du personnel qualifié et distribués selon le principe de la liaison chaude.

### **La liaison chaude**

Les repas sont confectionnés le jour même pour être consommés le jour même.

Ils sont répartis dans des conteneurs isothermes ou chauffants pour être transportés sur le lieu de consommation : les restaurants satellites.

**Les contraintes de températures à respecter sont très strictes:**

↳ Au dessous de 4° pour les préparations froides (hors d'œuvre et dessert)

↳ Au dessus de 63° pour les préparations chaudes

Les conteneurs sont transportés dans des camions (transformés et agréés par les services compétents), réservés à la livraison des repas.

### **Les 18 satellites**

↳ 16 restaurants scolaires à Balaruc les bains, Balaruc le vieux, Frontignan, Gigean, Mireval, Vic la gardiole, Villeneuve les maguelone.

↳ 2 crèches à Frontignan

\*SIVOM : Syndicat Intercommunal à Vocations Multiples

Cuisine centrale du SIVOM de  
Frontignan

Cuisine centrale du SIVOM de  
Frontignan

Cuisine centrale du SIVOM de  
Frontignan