

Après l'hiver il est bon de reprendre du tonus. Les légumes de saison, gorgés de vitamines et de sels minéraux seront au rendez-vous pour vous aider à faire le plein d'énergie. Les menus équilibrés de vos restaurants scolaires vous attendent. Bon appétit à tous !

Votre Maire,  
François Deligné  
Conseiller Général des Yvelines  
Vice-Président de la C.A. de SQY



Retrouvez  
ces menus sur  
le site  
[www.ville-guyancourt.fr](http://www.ville-guyancourt.fr)

# QU'EST-CE QU'ON MANGE DEMAIN ?

• les menus mars et avril 2010 •

MARS				
	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL ET GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
lundi 01	<b>Chou rouge au maïs</b> Chou blanc aux pommes et noix	Poulet rôti Purée d'épinards	<b>Yaourt aromatisé</b> Yaourt nature	<b>Choux à la crème</b> Paris Brest
mardi 02	<b>Friand au fromage</b> Crêpe au fromage	Bœuf charolais aux champignons noir Petits pois mijotés	<b>Petit suisse nature</b> Petit suisse aromatisé	<b>Fruit</b> Fruit
mercredi 03	<b>Salade de haricots verts, maïs et œuf dur</b> Fond d'artichaut et betteraves	Omelette roulée Torti tricolores Emmental râpé	<b>Tomme grise</b> Saint Nectaire	<b>Fruit exotique</b> Fruit exotique
jeudi 04	<b>Salade verte aux croûtons</b> Salade de tomates, maïs et courgettes	Jambon blanc* (*jambon de dinde) Pommes Smile	<b>Carré du Poitou</b> Pont l'Evêque	<b>Pêche au sirop</b> Cocktail de fruits
vendredi 05	<b>Salade coleslaw</b> Céleri rémoulade	Filet de lieu moutarde à l'ancienne Riz	<b>Cœur de Dame</b> Bleu individuel	<b>Liégeois à la vanille</b> Liégeois au chocolat
lundi 08	Menu élaboré par les enfants de Centre de Loisirs et du CME Salade verte et crevettes	Bolognaise de bœuf charolais Penne Rigate Emmental râpé	<b>Comté</b> Edam	<b>Salade de fruits exotiques</b> Salade de fruits exotiques
mardi 09	<b>Salade poissonnaise</b> Pois chiches et tomates	Pavé de hoki sauce normande Haricots verts assaisonnement au persil	<b>Camembert</b> Bûche mi-chèvre	<b>Fruit de saison</b> Fruit de saison
mercredi 10	<b>Salade de concombres en rondelles</b> Pamplemousse	Escalope de porc* au jus (*escalope de dinde) Boulghour	<b>Fromage frais de campagne</b> Fromage blanc	<b>Compote de pommes et abricots</b> Compote tous fruits
jeudi 11	<b>Émincé d'endives</b> Radis rose et beurre doux	Daube de bœuf charolais à la provençale Courgettes assaisonnement au thym	<b>Yaourt nature</b> Yaourt aromatisé	<b>Clafoutis à l'ananas maison</b> Clafoutis à l'ananas maison
vendredi 12	<b>L'EUROPE DES SAVEURS : le saumon</b> Carottes râpées - Choux bicolores	Filet de saumon sauce citron aux épices Purée de pommes de terre	<b>Mimolette</b> Emmental	<b>Flan vanille</b> Flan chocolat
lundi 15	<b>Salade verte au maïs</b> Poivrons à la Nicoise	Beignets de poisson et quartier de citron Ratatouille de légumes et riz	<b>Vache qui rit</b> Gouda au cumin	<b>Ile flottante</b> Crème dessert vanille
mardi 16	<b>Fond d'artichaut et betteraves</b> Macédoine mayonnaise	Sauté de bœuf charolais aux pruneaux Carottes et pommes de terre	<b>Petit suisse nature</b> Petit suisse aromatisé	<b>Fruit de saison</b> Fruit de saison
mercredi 17	<b>Tomates au gouda</b> Concombre, soja et carottes	Émincé de dinde au caramel Brocolis sauce béchamel	<b>Pyrénées</b> Saint Paulin	<b>Quatre quarts</b> Marbré au chocolat
jeudi 18	<b>Salade de boulghour, tomates et poivrons</b> Salade de blé et croquant de légumes	Rôti de porc* sauce cheese mental (*rôti de dinde) Printanière de légumes	<b>Yaourt aromatisé</b> Yaourt nature	<b>Fruit exotique</b> Fruit exotique
vendredi 19	<b>Betteraves crues râpées</b> Salade d'endives et croûtons (Sauce au fromage blanc aux herbes)	Dés de colin sauce niçoise Farfallines Emmental râpé	<b>Pointe de Brie</b> Coulommiers	<b>Compote de pommes</b> Compote pommes et bananes
lundi 22	<b>Concombre et maïs</b> Émincé de chou blanc et raisins secs	Bifteck haché charolais sauce provençale Semoule	<b>Gouda</b> Emmental	<b>Mousse au chocolat au lait</b> Mousse au citron
mardi 23	<b>Salade de pâtes</b> (tortil, tomate, poivron, échalote) Salade de riz Afrique (riz, tomate, concombre, pois chiches)	Escalope de dinde panée Mijoté arlequin (haricots verts, maïs, tomate)	<b>Petit moulu</b> Cantadou	<b>Fruit</b> Fruit
mercredi 24	<b>Salade de chou fleur, tomates et maïs</b> Cœur de palmier et betteraves	Sauté de mouton sauce au thym Pommes persillées	<b>Fromage blanc</b> Fromage frais aromatisé	<b>Fruit exotique</b> Fruit exotique
jeudi 25	<b>Carottes râpées</b> Salade verte et dés de dinde	Échine demi sel* (*rôti de dinde au jus) Lentilles mijotées	<b>Bûche mi-chèvre</b> Camembert	<b>Flan vanille nappé de caramel</b> Flan vanille
vendredi 26	<b>L'EUROPE DES SAVEURS : le saumon</b> Rosace de saucissons à l'ail* et cornichon Cervelas* et cornichon (*Coupelle de pâte de volaille)	Saumon florentine à la vache qui rit	<b>Yaourt nature</b> Yaourt aromatisé	<b>Banane</b> Sauce chocolat au lait maison
lundi 29	<b>Salade de betteraves</b> Macédoine mayonnaise	Saucisse* de Francfort (*Francfort de volaille) Coquillettes Emmental râpé	<b>Petit suisse aromatisé</b> Petit suisse nature	<b>Fruit de saison</b> Fruit de saison
mardi 30	<b>Salade croquante aux pommes et oranges</b> Émincé d'endives aux noix	Sauté de dinde à l'aigre douce Purée de courgette	<b>Cantafrais</b> Chantailou	<b>Compote de pommes et cassis</b> Compote de poires
mercredi 31	<b>Salade de céleri, courgettes, tomates</b> Chou rouge et raisins secs	Filet de Hoki sauce Bretonne Carottes et riz	<b>Coulommiers</b> Pointe de Brie	<b>Crème dessert chocolat</b> Crème dessert caramel

AVRIL				
	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL ET GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
jeudi 01	<b>Salade de boulghour, tomates et poivrons</b> Salade de pâtes (tortil, tomate, poivron, échalote)	Steak haché de veau issu Label Rouge au jus Chou-fleur à la béchamel	<b>Vache qui rit</b> Emmental	<b>Fruit exotique</b> Fruit exotique
vendredi 02	<b>DESSERT DE PÂQUES</b> Radis rose et beurre doux Salade coleslaw	Dés de colin sauce citron Jardinière de légumes	<b>Yaourt nature</b> Yaourt aromatisé	<b>Pâtisserie de Pâques</b> Pâtisserie de Pâques
lundi 05	<b>FÉRIÉ</b>			
mardi 06	<b>Salade de tomates</b> Émincé d'endives	Sauté de bœuf charolais à la hongroise Carottes bâtonnets nature	<b>Petit suisse aromatisé</b> Petit suisse nature	<b>Gaufre nappée au chocolat</b> Gaufre poudrée
mercredi 07	<b>Pamplemousse</b> Salade de concombres en rondelles	Garniture carbonara de volaille Macaroni Emmental râpé	<b>Cœur cendré</b> Saint Paulin	<b>Compote de poires</b> Compote pommes et fraises
jeudi 08	<b>Salade verte et œuf dur</b> Salade de tomates, maïs et courgettes	Échine demi sel* (*rôti de dinde au jus) Purée de pois cassés	<b>Petit moulu</b> Cantafrais	<b>Ile flottante</b> Crème dessert caramel
vendredi 09	<b>Pâté de mousse de foie*</b> et cornichons (*Coupelle de pâte de volaille) Pâté de campagne* aux poireaux	Calamars sauce armoricaine Riz	<b>Fromage frais de campagne</b> Fromage blanc	<b>Fruit</b> Fruit
lundi 12	<b>Salade croquante aux pommes et oranges</b> Radis rose et beurre doux	Bifteck haché charolais sauce tomate Haricots verts	<b>Yaourt nature</b> Yaourt aromatisé	<b>Éclair au chocolat</b> Choux à la crème
mardi 13	<b>Salade de Pois Chiche</b> Salade poissonnaise	Beignets de poisson et quartier de citron Ratatouille et coquillettes	<b>Coulommiers</b> Bûche mi-chèvre	<b>Fruit de saison</b> Fruit de saison
mercredi 14	<b>Crêpe au fromage</b> Friand au fromage	Omelette roulée Bouquet de légumes (brocolis, chou-fleur, carottes)	<b>Gouda</b> Edam	<b>Fruit exotique</b> Fruit exotique
jeudi 15	<b>L'EUROPE DES SAVEURS : le saumon</b> Saumon et courgettes en salade	Rôti de porc* au curry (*rôti de dinde) Semoule	<b>Chantailou</b> Kiri	<b>Pêche à boire</b> Pêche à boire
vendredi 16	<b>Carottes râpées</b> Choux bicolores	Hachis parmentier charolais	<b>Carré du Poitou</b> Camembert	<b>Flan chocolat</b> Flan vanille nappé de caramel
lundi 19	<b>Salade de betteraves</b> Salade de haricots verts, maïs et œuf dur	Poulet rôti Pommes Smile	<b>Petit suisse aromatisé</b> Petit suisse nature	<b>Fruit</b> Fruit
mardi 20	<b>Pamplemousse</b> Salade verte et dés de gouda	Sauté de porc* fermière (*sauté de dinde) Courgettes	<b>Tomme grise</b> Cœur cendré	<b>Semoule au lait</b> Riz au lait
mercredi 21	<b>Salade de concombres en rondelles</b> Céleri rémoulade	Rôti de bœuf charolais au jus Farfallines Emmental râpé	<b>Six de Savoie</b> Chanteneige	<b>Compote de pommes</b> Compote pommes et bananes
jeudi 22	<b>Salade de blé et croquant de légumes</b> Salade de tomates, tomate	Quiche aux légumes Salade verte	<b>Bleu individuel</b> Comté	<b>Mousse au chocolat au lait</b> Mousse au chocolat noir
vendredi 23	<b>Salade de chou-fleur, tomates et maïs</b> Macédoine mayonnaise	Filet de hoki sauce basquaise Carottes et riz	<b>Fromage frais de campagne</b> Fromage blanc	<b>Fruits rouges</b> Fruits rouges
lundi 26	<b>Chou blanc</b> Pamplemousse	Braisé de dinde Vallée d'Auge Purée de pommes de terre	<b>Edam</b> Emmental	<b>Flan vanille</b> Flan chocolat
mardi 27	<b>Radis rose et beurre doux</b> Duo de courgettes et tomates	Sauté de bœuf charolais façon bordelaise Boulghour	<b>Pointe de Brie</b> Bûche mi-chèvre	<b>Compote tous fruits</b> Compote de pommes et cassis
mercredi 28	<b>Salade de riz composée</b> Taboulé	Filet de poisson frais meunière et quartier de citron Légumes façon maillot (petits pois, haricots verts, carottes)	<b>Yaourt aromatisé</b> Yaourt nature	<b>Fruit</b> Fruit
jeudi 29	<b>Cake à l'emmental</b>	Bifteck haché charolais sauce provençale Épinards branches au gratin	<b>Mimolette</b> Gouda	<b>Fruit exotique</b> Fruit exotique
vendredi 30	<b>L'EUROPE DES SAVEURS : le saumon</b> Salade verte aux croûtons Carottes râpées	Filet de saumon sauce velouté au basilic Torti	<b>Yaourt à la pulpe de fruits</b> Yaourt aux fruits	<b>Morceaux d'ananas au sirop</b> Pêche au sirop