



RESTAURANT MUNICIPAL D'INGRÉ - OCTOBRE 2026

A.L.S.H.				
			jeudi 1 octobre 2026	vendredi 2 octobre 2026
			Salade de chèvre chaud Dos de colin sauce beurre/citron Brocolis Bio Emmental Bio Flan patissier	Melon Bœuf à la provençale Poêlée campagnarde Fromage au choix Fruit au choix
lundi 5 octobre 2026	mardi 6 octobre 2026	mercredi 7 octobre 2026	jeudi 8 octobre 2026	vendredi 9 octobre 2026
Menu végétarien Pastèque Omelette Bio Pâtes/Ratatouille Édam Compote Bio	Salade piémontaise Haut de cuisse de poulet rôti Haricots verts Fromage blanc Bio Fruit de saison	Salade de tomates Sauté de dinde Pommes noisettes Tomme blanche Poire au sirop/sauce chocolat	Concombres à la crème Chipolatas/Roulé végétal Lentilles Bio Brie Bio Panna cotta aux fruits rouges	Betteraves rouges vinaigrette Poisson pané/Citron Ebly Comté AOP Fruit au choix
Semaine du Goût	Thème des couleurs	Thème des couleurs	Thème des couleurs	Thème des couleurs
lundi 12 octobre 2026	mardi 13 octobre 2026	mercredi 14 octobre 2026	jeudi 15 octobre 2026	vendredi 16 octobre 2026
Rouge/Rose Radis (beurre) farcies Semoule sauce tomate Babybel Madeleine fourrée à la framboise	Blanc Céleri rémoulade Aiguillettes de poulet à la crème Riz Camembert Bio Crème à la vanille	Jaune/Orange Carottes râpées au maïs Poisson à la bordelaise Purée de patates douces* Mimolette Banane Bio	Repas à thème "l'école des sorciers" Velouté de potiron*/gressins Cuisse de poulet rôtie Pommes noisettes Fromage au choix Muffin aux pépites de	Menu végétarien VERT Salade verte/avocat Capelletti au pesto Epinards à la crème Fromage aux fines herbes (type tartare) Pomme granny
lundi 19 octobre 2026	mardi 20 octobre 2026	mercredi 21 octobre 2026	jeudi 22 octobre 2026	vendredi 23 octobre 2026
Quiche lorraine Veau Marengo Carottes vichy Tomme grise Fruit de saison Bio	Salade de chèvre chaud Rôti de porc/Boulettes végétales Petits pois Brie Fruit de saison Bio	Menu végétarien Radis/Beurre Steak fromager Tortis tricolores Emmental Bio Compote pomme/abricots	Tomates/mozzarella Sauté de dinde Poêlée de légumes du jardin* Fromage de chèvre Tarte aux pommes	Carottes râpées à l'orange Dos de cabillaud sauce hollandaise Pommes de terre vapeur Yaourt à la vanille Bio Fruit de saison Bio
lundi 26 octobre 2026	mardi 27 octobre 2026	mercredi 28 octobre 2026	jeudi 29 octobre 2026	vendredi 30 octobre 2026
Menu végétarien Feuilleté au fromage Omelette Ratatouille Petites suisses aux fruits Fruit de saison Bio	Concombres vinaigrette Emincé de poulet parmesanne Haricots verts Camembert Bio Millefeuille	Salade de tomates/fêta Boulettes de bœuf sauce tomate Semoule Comté Cocktail de fruits Bio	Salade verte/croûtons Filet de poisson meunière/Citron Brocolis Bio Saint Nectaire Mousse au chocolat maison	Paté de volaille (Coupelle végétarienne) Bœuf bourguignon Purée de pommes de terre Saint Paulin Fruit de saison Bio

La responsable peut être amenée à modifier les menus selon les approvisionnements

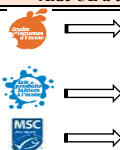
Vacances scolaires

Menu validé par une diététicienne suivant les recommandations du GEMRCN *

Aide UE à destination des écoles

* GEMRCN : Groupe d'Étude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition

*Légumes du jardin d'Ingré



Fruits et légumes
à l'école
Des produits
laitiers à l'école
Pêche durable



Viande Française
Appellation
d'origine protégée



Bio



Fait maison



Indication
géographique protégée