








# Menu décembre 2021

ECO 29	30	ECO 1	2	sin carne  3	ECO
Brocoli sauté à l'oignon Macaronis bio à la bolognaise Carottes cuites à la vapeur  Salade composée Yaourt	Sauté de pommes de terre et de légumes Cordons bleus avec ratatouille d'aubergines  Salade composée Fruit	Crème de potiron Steak de boeuf de "La Garrotxa" Sauté d'artichauts  Salade composée	Riz complet avec ratatouille Poisson du jour et petits pois sautés  Salade composée Fromage	Haricots verts bio sautés aux carottes et oignons Omelette de pomme de terre avec gratin de courgettes  Salade composée Fruit	
6	7	8	9	sin carne  10	ECO
			Potatoes (Frites à l'ancienne) Poisson du jour et aubergines à la tomate Salade composée Fruit	Soupe aux légumes "potage cultivateur" Pizza aux champignons et légumes  Salade composée Yaourt	
ECO 13	14	ECO 15	ECO 16	sin carne  17	
Jardinière de légumes Boulettes de viandes de boeuf "La Garrotxa" Semoule complet bio Salade variée  Fruit	Crème de chou-fleur Ragoût de poulet avec sauce aux carottes  Salade composée Fromage	Blettes sautées aux carottes "Nouilles bio aux calamars, poisson et légumes" "" Fideua "" Salade composée  Fruit	Pâtes bio aux légumes Poisson du jour selon marché et pomme au four Salade composée  Yaourt	Riz complet avec sauce tomate Omelette Champignons et carottes Salade composée  Fruit	
ECO 20	ECO 21	22	23	24	
Sauté de haricots verts et blancs "Rond de boeuf de "La Garrotxa" avec riz bio Salade composée Fruit	Soupe de Noël Poulet au four, pruneaux et pignons de pin  Salade avec saumon et crevettes Gâteau et soda	Salade de croûtons et fromage "Cannellonis de boeuf sauce béchamel et ratatouille d'aubergines"  Salade composée Yaourt	 <b>♦ COOPERATIVA DE LA VALL D'EN BAS ♦</b> 