

Menus MJC Fléac

Du 06 juillet au 30 août 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
06-juil. Betteraves Salade Piémontaise Végétarienne Comté Compote	07-juil. Pique-nique Radis Sandwich jambon, beurre Chips Gouda Fruit	08-juil. Concombre Sauté de poulet curry Pâtes Emmental Glace	09-juil. Pastèque Filet de poisson froid Salade de riz Crème au citron	10-juil. Pique-nique Melon Sandwich thon, mayo, crudité Chips Edam Fruit
13-juil.	14-juil.	15-juil.	16-juil.	17-juil.
MJC Fermé	Fête nationale	Tomates cerises Salade de riz œuf emmental, maïs Fondant chocolat	Concombre à la crème Merguez Pommes de terre sautées Fromage blanc sucré Fruits secs	Pique-nique Pastèque Croque monsieur Chips Fruit
20-juil.	21-juil.	22-juil.	23-juil.	24-juil.
Tzatziki de concombre Couscous aux légumes bio Pilon de poulet Yaourt vanille Galette Bretonne	Macédoine, mayonnaise Ecrasé de pommes de terre Carottes persillées Comté Fruit	Pique-nique Œuf dur croque sel Sandwich, rôti de porc, mayo, tomates Chips Fruit	Pique-nique Melon Sandwich, Surimi, mayo Chips Tomme de Savoie Quatre-quarts	Pastèque Poisson à la tomate Riz pilaf Croûte noire Purée de fruits
27-juil.	28-juil.	29-juil.	30-juil.	31-juil.
Melon jaune Saucisse de Toulouse Purée Tomme d'Auvergne Glace	Pique-nique Tomates cerise Sandwich, thon, mayo Chips Tomme des Pyrénées Purée de fruits	Salade de maïs, oignons frits Saumon au four Blé au beurre Chèvre Fruit	Pastèque Spaghettis Bolognaise de lentilles Crème aux œufs	Pique-nique Batonnets de carottes Sandwich, rosette, cornichons, beurre Chips Edam Fruit
3-août	4-août	5-août	6-août	7-août
Pastèque Sauté de veau moutarde Tomates provençales Camembert Glace	Pique-nique Melon Sandwich, dinde, fromage frais Chips Emmental Compote	Tomate, ciboulette Batavia Brie Fruit	Concombre, graine torréfiée Blanquette de poisson Riz Yaourt nature sucré Fruits secs	Pique-nique Melon Pizza au fromage Chips Edam Fruit
10-août	11-août	12-août	13-août	14-août
MJC Fermé	MJC Fermé	MJC Fermé	MJC Fermé	Férié
17-août	18-août	19-août	20-août	21-août
Tomate Chili san carne Riz Fromage blanc sucré Fruits secs	Pique-nique Melon Sandwich, saumon fumé, fromage frais, ciboulette Chips Tomme d'Auvergne Gâteau citron	Concombre Filet mignon de porc Perle tendre au beurre Emmental Mousse chocolat	Haricots verts, échalotte Paella de la mer Tomme noire Fruit	Pique-nique Pastèque Sandwich, jambon blanc, emmental, beurre Chips Gouda Purée de pommes
24-août	25-août	26-août	27-août	28-août
Betteraves cuites, tomate cerise Rôti de bœuf, ketchup Pommes de terre sautées Tomme des Pyrénées Fruit	Pique-nique Melon Sandwich, thon, mayonnaise chips Emmental Petit suisse aromatisé	Tomate, emmental Gratin de poisson Pdt en gratin au four Cantal AOP Fruit	Melon Lasagnes Epinard, tomate béchamel Fromage blanc Fruit sec	Pique-nique Œuf dur Sandwich dinde, mayo, cornichon Chips Comté Financier chocolat

