

Semaine 21



Lundi



Mardi

Mercredi

Jeudi
 Repas biologique

Vendredi
 Repas végétarien

Taboulé

Filet de colin sauce aurore

Haricots verts persillés

Emmental

Fruit

Rosette *

Saucisse de volaille

Carottes à la crème

Yaourt sucré

Fruit

Salade verte bio

Hachis parmentier bio de bœuf bio

Chanteneige bio

Purée de fruits bio

Concombres ciboulette

Tortellis pomodoro & Mozzarella

Suisse aux fruits

Gaufre liégeoise

Les groupes d'aliments



Repas de substitution :

- Mercredi : Salade de quinoa
Roulé végétal goût merguez
- Jeudi : Aiguillettes de saumon meunière
Purée de pommes de terre

Repas sans porc :

- Mercredi : Salade de quinoa

Présence de porc signalée par *

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit de saison
- Produit local
- Dessert du chef

La richesse des légumes verts

Les légumes verts sont très riches en vitamines, minéraux et fibres. Ils sont de véritables alliés au quotidien, en plus de joliment colorer nos assiettes.

Ils stimulent l'organisme et aident à prévenir certaines maladies.

A noter que, d'un point de vue nutritionnel, la formule "légumes verts" ne signifie pas de couleur verte mais légumes frais, à la différence des légumes secs comme les légumineuses (lentilles, fèves, pois chiches, etc ...).

Brocolis, poivrons, courgettes, carottes ... peu importe la couleur, les légumes sont à consommer sans modération !

Choix de la semaine

Entrée : Salade de tomates
 Légume : Ratatouille

Origine de nos viandes

- Bœuf: France



Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif

Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques. Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes règle mentaires, qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement.

Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier et connaître les conditions tarifaires spécifiques.