



LUNDI

28/09

Salade de blé aux légumes croquants

Cordon bleu



VG : Croque fromage

Duo de haricots

Fromage

Fruit



MARDI

29/09

Salade de mâche, œuf dur, emmental
à la vinaigrette

Gnocchis crème de fromage italien et
basilic



Compote de pommes BIO
et son biscuit



JEUDI

01/10

Salade de riz au thon

Sauté bœuf au jus



VG : Boulette tomate basilic

Brunoise de légumes (carottes et
courgettes) au thym

Semoule au chocolat au lait BIO



VENDREDI

02/10

Carottes râpées à la vinaigrette

Poisson meunière



VG : Omelette

Poêlée d'épinards et pommes de terre
au beurre

Fromage

Gâteau au yaourt

LÉGENDE



Plat Végétarien



Local



De saison



Agriculture Biologique



Origine France

Cette semaine,

nous vous proposons :



LUNDI

05/10

Crêpe à l'emmental

Blanquette de dinde

VG : Galette de lentilles

Jardinière de légumes
(Petit pois, carotte, navet)

Fromage

Fruit



MARDI

06/10

Salade composée choux fleurs, maïs,
thon vinaigrette



Emincé de porc sauce soja et miel

SP : Emincé de volaille

SV : Falafel

Boulgour BIO façon pilaf





Fromage blanc BIO coulis de fraises et
spéculoos

JEUDI

08/10

Taboulé de légumes frais

Quiche aux légumes d'Automne

Salade



Entremet chocolat au lait BIO



&

Son biscuit BIO

VENREDI

09/10

Octobre Rose

Betteraves et sa crème fouettée au
fromage frais

Filet de lieu sauce crevette

VG : Quenelles nature et sa sauce
Nantua

Purée de patate douces

Fromage

Génoise roulée à la mousse fraise



LÉGENDE



Plat Végétarien



Local



De saison



Agriculture Biologique



Origine France





LUNDI

12/10

Radis rose & beurre

Rougail (saucisse de porc)
SP : Rougail saucisse de volaille
VG : Boulette pois chiches
Riz créole

Yaourt BIO vanille



MARDI

13/10

Concombre à la menthe et sa sauce au yaourt



Tajine de légumes aux pois chiches

Semoule couscous



Fruit



JEUDI

15/10

Les bienfaits des légumes sur la santé :

Cake surprise du potager et sa sauce crème aux fines herbes



Aiguillettes de poulet et sa sauce aux légumes cachés



Carotte cœur

Fromage

Le smoothie secret des 4 fruits

A vous de les retrouver !



VENDREDI

16/10

Salade croquante
(salade, maïs, tomate et sauce vinaigrette)

Nuggets de poisson
VG : Nuggets de blé
Ecrasé de choux fleurs



Ile flottante

LÉGENDE



Plat Végétarien



Local



De saison



Agriculture Biologique



Origine France

