

# Menu de Novembre

<b>Lundi 03</b> Yaourt à boire chèvre* Betterave** Curry de poisson MSC Frites***  Yaourt aux fruits**	<b>Mardi 04 Végé</b> Marbré Carotte râpée** Dahl de lentille *** Boulgour** Babybel Compote**	<b>Jeudi 06</b> Tisane** Gaspacho Roti de porc*** Gratin de brocolis** Abondance Pommes***	<b>Vendredi 07 Alter</b> Madeleines Soupe de légumes*** Poulet basquaise Riz** Brie Banana bread**
<b>Lundi 10</b> Cake Salade de pois chiche*** Calamars à la romaine Quinoa** + râpé de carottes** et poireaux** au curry Comté Raisin	<b>Mardi 11 Végé</b>  Féried	<b>Jeudi 13</b> Jus de fruit** Salade, pommes et noix Bœuf*  Haricots verts**  Kiri Riz au lait**	<b>Vendredi 14 Alter</b> Barre de céréales Salade coleslaw Poulet sauce champignons  Pâtes semi complètes**  Cabécou* Flognarde aux pommes
<b>Lundi 17</b> Madeleine  Carotte râpée**  Poisson MSC Pommes dauphines Yaourt à boire chèvre* Compote**	<b>Mardi 18 Végé</b> Cookies Potage de pois cassés**  Omelette*** Pdt*** champignons** Mimolette Châtaigne**	<b>Jeudi 20</b> Tisane** Salade de mâche, tomates séchées, feta Veau*** Pâtes semi complètes** Fromage frais** Clémentine**	<b>Vendredi 21 Alter</b> Lait fraise**  Soupe de légumes**  Bœuf haché* Purée de légumes**  Yaourt aux fruits**
<b>Lundi 24</b> Cake  Betterave vinaigrette  Colin, mayonnaise Semoule** Emmental Gâteau chocolat**/ haricots rouges	<b>Mardi 25 Végé</b> Marbré Salade de lentilles*** et carottes Gratin de butternut** Feta, noisettes grillées Fromage blanc  Pommes*	<b>Jeudi 27</b> Jus de fruit** Salade endives, pommes et noix  Agneau* Haricots verts** Cabécou*  Crème chocolat	<b>Vendredi 28 Alter</b> Chocolatines*  Bâtonnet de carotte  Croque-monsieur Chips Mimolette  Banane

## PRODUCTEURS

Agneau:

Ferme du Mas del Bos - Cressensac

Bœuf:

GAEC Gorce - Estivals

Cabecou:

Fromagerie Bigeat - Estivals

Epicerie:

Biocoop- Souillac

Légumes secs:

William Laval - Jayac

Œufs:

GAEC des demois' ailes - Strenquels

Pain et chocolatine:

Boulangerie Naudy - Nadaillac

Porc:

Gaec des cavados - Sarrazac

Veau:

Ferme du Pilou - Teyssieu

Yaourt à boire:

Ferme des Champs bons - Lachapelle A.

\* local \*\* bio \*\*\* bio et local

Menu validé par une diététicienne