

Menu de Novembre

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

PRODUCTEURS	
Agneau:	Ferme du Mas del Bos - Cressensac
Bœuf:	GAEC Gorce - Estivals
Cabécou:	Fromagerie Bigeat - Estivals
Epicerie:	Biocoop- Souillac
Légumes secs:	William Laval - Jayac
Œufs:	GAEC des demois'ailles - Strenquels
Pain et chocolatine:	Boulangerie Naudy - Nadaillac
Porc:	Gaec des cavadois - 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