

# MENU D'OCTOBRE

Lundi 29	Mardi 30 Végé	Jeudi 02	Vendredi 03 Alter
Cake Carottes râpées** Beignets de calamars Riz créole** Cabécou* Tarte aux fruits**	Marbré Lentilles en salade*** Omelette*** Ratatouille*** Petit suisse** Fruit**	Jus de fruit** Tomate vinaigrette basilic*** Veau*** Légumes poêlés*** Saint nectaire Compote**	Barre de céréales Salade coleslaw** Sauté de porc*** Petits pois extra fin** Fromage blanc** Gâteau au yaourt**
Lundi 06	Mardi 07 Végé	Jeudi 09	Vendredi 10 Alter
Lait chocolat** Tartine tapenade Colin MSC Carottes persillées Petits suisses Gâteau citron**	Cookies Pois chiche vinaigrette*** Orge** Salade de tomates St Nectaire Fruit	Tisane** Gaspacho*** Bœuf* Pomme de terre façon boulangère*** Brie Fruit	Marbré Salade Mijoté de poulet, carottes et champignons Boulgour** Yaourt à boire chèvre* Panna Cota coulis framboises
Lundi 13	Mardi 14 Végé	Jeudi 16	Vendredi 17 Halloween
Cake Salade coleslaw** Jambon blanc Gratin de chou-fleur** Yaourt aux fruits**	Madeleines Haricots rouge**, vinaigrette Omelette*** Ratatouille*** Cantal Fruit**	Jus de fruit** Taboulé** Agneau* Haricots verts** Camembert Clafoutis aux poires**	Chocolatines* Œufs mimosa olive*** Poisson MSC sauce paprika Pates en forme de monstre Gâteau au chocolat

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

Menu validé par une diététicienne

Cuisiné à partir de produits brut ou peu transformés

**PRODUCEURS**

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'ales - 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.