

Semaine 21

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi



Vendredi

Repas végétarien

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert



Taboulé

Filet de colin sauce aurore

Haricots verts persillés

Emmental

Fruit



Salade iceberg

Hachis parmentier de boeuf

Chanteneige

Purée de fruits

Concombres ciboulette

Tortellis pomodoro & Mozzarella

Suisse aux fruits

Gaufre liégeoise

Les groupes d'aliments



Repas de substitution :

- Jeudi : Aiguillettes de saumon meunière
Purée de pommes de terre

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

- Boeuf: 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 régle 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.