




























Menu restaurant scolaire



lundi 19-déc	mardi 20-déc	MERCREDI 21-déc	jeudi 22-déc	vendredi 23-déc
croque monsieur 	salade de mâche	soupe de potimaron bio 	terrinerie de légumes 	salade de pommes de terre au thon, tomates
rôti de dinde 	sauté d'agneau 	saumon grillé 	gratin de ravioles au fromage 	jambon braisé
chou fleur bio 	flageolets 	petits pois bio 	salade verte bio 	haricots verts bio 
kiwi	crème dessert caramel bio 	yaourt au citron bio 	banane	kaki 

-  légumes ou fruits crus pour l'apport en vitamines et en fibres
 -  viandes, poissons, œufs ou légumineuses pour l'apport en protéines
 -  légumes ou fruits cuits pour l'apport en vitamines et en fibres
 -  féculents (sucres lents) pour l'énergie de la journée
 -  produits laitiers pour l'apport en calcium
 -  produits sucrés (sucres rapides) pour l'énergie immédiate
- en option à ne pas négliger : le pain issu d'une farine locale

-  repas végétarien
-  réalisé dans nos cuisines
-  matière produite sur notre territoire
-  matière produite en Auvergne
-  plat réalisé à partir de produits BIO
-  produit de saison

**Combrailles,
Sioule & Morge**
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Menus et informations sur la provenance donnés à titre indicatif susceptible de modifications liées à d'éventuels soucis d'approvisionnements

Menu restaurant scolaire

Menus et informations sur la provenance donnés à titre indicatif susceptible de modifications liées à d'éventuels soucis d'approvisionnements