

lundi
09-nov

barquettes d'endive au fromage de chèvre



poisson

riz bio



raisins noirs



jeudi
12-nov

pomelos



sauté de volaille sauce au bleu



pâtes bio



abricot au sirop

mardi
10-nov

taboulé



bœuf braisé bio



carottes

vieux cantal



poire bio

vendredi
13-nov

betteraves rouges



gratin de pommes de terre au fromage



salade verte bio



clémentines



mercredi
11-nov



repas végétarien



réalisé dans nos cuisines



matière produite sur notre territoire



matière produite en Auvergne



plat réalisé à partir de produit bio



produit de saison

légumes ou fruits crus pour l'apport de vitamines et fibres

viandes, poissons, oeuf ou légumineuses pour l'apport de protéines

légumes et fruits cuits pour l'apport de fibres et vitamines

féculeux pour l'énergie de la journée (sucres lents)

produits laitiers pour apport en calcium

produits sucrés pour l'énergie immédiate (sucre rapides)

en option à ne pas négliger : le pain issue d'une farine local

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