

lundi
23-nov



velouté de pois cassés



pâtes bio



aux légumes



emmental



raisins



riz bio

yaourt nature

gâteau



mardi
24-nov

carottes râpées



poisson

riz bio

yaourt nature

gâteau



mercredi
25-nov



taboulé



rôti de porc



chou fleur bio



saint nectaire



kiwi



jeudi
26-nov

salade verte



pot au feu



et ses légumes



tomme de rochefort bio



compote



vendredi
27-nov

lentilles en salade

escalope de dinde

haricots plats

bleu bio

kaki



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

féculents 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