

lundi
6-sept.

 haricots verts en salade



 cuisse de poulet



purée de pommes de terre



tomme bio



 mirabelles



jeudi
09-sept

 salade de riz



filet de merlu



gratin de choux fleur



yaourt nature bio



 fruit du jour



mardi
07-sept

 tomates mozarella



légumes de couscous épicés



semoule bio



brie



crème au chocolat



vendredi
10-sept

salade verte bio



tortilla aux pommes de terre



camembert

salade de fruits



mercredi
08-sept

 cake aux légumes



moussaka



salade verte bio



petit suisse



fruit du jour

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 a ne pas négliger : le pain issue a une farine locale

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



