

lundi
29-nov

céleri remoulade



lasagnes végétariennes



fromage blanc au sirop d'érable

cubes de poire



jeudi
02-déc

épi de maïs



dinde farcie

brocolis bio



Kiri

kaki



mardi
30-nov

salade de blé jambon



aiguillettes de fish panées



purée de butternut



Saint-Nectaire



clémentine



vendredi
03-déc

carottes rapées



filet de poisson



riz bio



Cantal



apple pie

mercredi
01-déc



velouté de potimarron



tajine d'agneau



légumes à tajine



yaourt aux fruits bio



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

