

lundi
22-nov

taboulé



rôti de porc



mardi
23-nov

sardines



pot au feu

légumes et pdt

vache qui rit

raisins



vendredi
26-nov

salade de choux blancs fruitée

poitrine de veau farcie

courgettes bio sautées

fourme de rochefort

madeleine

mercredi
24-nov

mâche



poisson

ratatouille bio

emmental

flan patissier

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 a ne pas negiger : le pain issue a une farine local

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



haricots plats bio



Comté



pomme



jeudi
25-nov



macédoine

Chili végétarien (haricots rouges, maïs,
sauce tomate, légumes)



riz bio



fromage blanc



mandarine



