

Semaine n°01 : du 3 au 7 Janvier 2022

EPIPHANIE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Betterave ou Potage de légumes 			Carotte râpée vinaigrette	Crêpe au fromage
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagnes à la bolognaise	Tajine de légumes aux pois chiches et semoule 		Sauté de dinde aux champignons 	Beignets de poisson citron 
	***	***		Petits pois cuisinés * 	Epinars béchamel
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé 	Emmental 			
DESSERT		Crème dessert caramel		Galette des rois 	Clémentines

P.A. n°4



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade vitaminée: carotte, chou chinois vinaigrette à l'orange/ Blé fantaisie: blé, tomate, maïs

* contient du porc

Semaine n°02 : du 10 au 14 Janvier 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade vitaminée				Salade de blé fantaisie 
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Goulash de bœuf 	Filet de colin sauce crevettes 		Faboulettes de lentilles jaunes sauce crème curcuma 	Chou-fleur à la parisienne *
	Haricots verts 	Riz créole 		Purée de carotte	***
PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré 	Edam 		Vache qui rit 	
DESSERT		Poire		Clémentines	Purée de pommes

P.A. n°5

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage				Salade colorée
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de dinde au curry	Hachis parmentier		Coquillettes bolognaise de lentilles	Blanquette de poisson
PRODUIT LAITIER	Poêlée de légumes	***		***	Semoule dorée
DESSERT	Clémentine	Emmental		Saint Nectaire	Yaourt aromatisé
		Mousse au chocolat		Flan pâtissier	

P.A. n°1

* contient du porc



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Chou-fleur BIO vinaigrette ou potage de légume	Lentilles à l'échalote			Carotte râpée ciboulette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Riz à la cantonnaise	Filet de colin sauce curry		Pommes de terre à la savoyarde *	Boeuf bourguignon
PRODUIT LAITIER	***	Haricots beurre		***	Tortis
DESSERT	Liégeois chocolat	Yaourt sucré		Délice comme un Mont Blanc	
				Marmotine à la myrtille	Flan nappé caramel

P.A. n°2

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES

Semaine n°05 : du 31 Janvier au 4 Février 2022

CHANDELEUR

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Perles citron coriandre			Betteraves	Saucisson sec *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cordon bleu	Croq végétarien		Sauté de bœuf stroganoff	Filet de colin sauce normande
	Purée de potiron	Carottes BIO à la crème		Poêlée de légumes	Riz créole
PRODUIT LAITIER	Emmental	Vache qui rit			Pont l'Evêque
DESSERT		Crème dessert chocolat		Crêpe de la chandeleur	

P.A. n°3



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw: carottes, chou blanc, mayonnaise

* contient du porc

Semaine n°06 : du 7 au 11 Février 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Salade coleslaw			Salade riz, maïs, poivrons
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Tortis bolognaise	Emincé de dinde au miel épicé		Parmentier de lentilles corail et carottes	Filet de colin pané citron
	***	Semoule		***	Chou-fleur BIO persillé
PRODUIT LAITIER	Comté			Yaourt nature sucré	
DESSERT	Orange	Fromage blanc aux fruits		Moelleux au citron	Banane

P.A. n°4

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE				Salade de pommes de terre à l'échalote	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Bœuf mironton	Filet de colin sauce armoricaine		Nuggets de blé	Cassoulet *
	Carottes braisées	Riz créole		Haricots verts	***
PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Vache qui rit		Brie	Emmental
DESSERT	Barre bretonne	Clémentines			Purée pomme fruits rouges

P.A. n°5

* contient du porc

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Crêpe au fromage ou pizza				
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Poulet rôti	Boulettes de bœuf sauce tomate		Blé BIO aux haricots rouges façon chili	Filet de colin au curry
	Petits pois cuisinés *	Pommes de terre rissolées		***	Pâtes torti
PRODUIT LAITIER		Camembert		Fromage frais sucré	Mimolette
DESSERT	Orange	Mousse au chocolat		Tarte aux poires	Banane

P.A. n°1

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAIN & NATURELLE
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES

MARDI GRAS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE				Salade coleslaw	Salade de terre sauce tartare
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de porc au caramel *	Parmentier de carotte au boeuf 		Omelette 	Filet de colin sauce normande 
PRODUIT LAITIER	Riz créole 	***		Pâtes farfalle façon milanaise	Haricots beurre
DESSERT	Pavé 1/2 sel	Vache qui rit 		Flan nappé caramel	Poire
	Crème dessert vanille	Beignet de mardi gras			

P.A. n°2



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise / Salade tricolore: pâtes tricolores, olives / Pâtes farfalle façon milanaise: pâtes, sauce tomate, champignons

* contient du porc

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade tricolore			Céleri rémoulade	Pâté de campagne *
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Cordon bleu de volaille	Nugget's de blé 		Goulash de bœuf 	Colin pané citron
	Petits pois au jus	Purée de pommes de terre		Semoule 	Carottes persillées 
PRODUIT LAITIER	Emmental 	Cantal 			
DESSERT		Liégeois vanille		Purée de pommes	Banane 

P.A. n°3

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

BIO

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

LOCAL

Le picto Local indique un produit issu du terroir de proximité entre le producteur et notre cuisine.



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Ceuf de France



Pêche responsable

Ansamble
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES

Semaine n°11 : du 14 au 18 Mars 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Salade bicolore (Carotte BIO)			Salade de blé fantaisie
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Lasagnes à la bolognaise	Dahl de lentilles corail et RIZ BIO		Sauté de dinde à la crème	Colin meunière citron
PRODUIT LAITIER	***	***		Chou-fleur au paprika	Mitonnée de légumes
DESSERT	Pomme	Crème dessert caramel		Pont L'Evêque	Kiwi

P.A. n°4

TOUT SAVOIR SUR
NOS RECETTES

Salade bicolore: carotte, radis
/ Salade de blé fantaisie: blé,
tomate, maïs / Méli mélo de
crudités vinaigrette au raisin:
carotte, céleri vinaigrette au
jus de raisin

* contient du porc

Semaine n°12 : du 21 au 25 Mars 2022

Les rivières en Charente



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Taboulé	Coquillettes au basilic		Méli Mélo de crudités BIO vinaigrette au raisin	Betterave ciboulette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Boeuf printanier	Croq végétarien		Filet de colin sauce mouclade	Saucisse de Toulouse *
PRODUIT LAITIER	Carottes braisées	Epinards béchamel		Pommes vapeur	Purée de pois cassés
DESSERT	Cocktail de fruits	Yaourt nature sucré		Millas charentais	Poire

P.A. n°5



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Cœuf de France



Pêche responsable



Ansamble

UNE ALIMENTATION Saine & Naturelle
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

Le picto BIO indique une recette
respectant les exigences du
règlement CE n°889/2008. Pour les
recettes contenant moins de 100%
de produits BIO, l'ingrédient BIO
sera précisé dans le libellé du plat.



Le picto Local indique un produit
issu du terroir de proximité entre le
producteur et notre cuisine.