

Menu de mars

Lundi 09	Mardi 10 Végé	Jeudi 12	Vendredi 13 Alter
Chocolat au lait**	Jus de fruits**	Galette de riz**	Tisane**
Velouté de pois cassés**	Salade mâche betteraves**	Soupe de légumes**	Carottes râpées
Poisson MSC	Quiche au légumes**	Sauté de porc***	Poulet
Epinard béchamel**	Riz pilaf**	Semoule**	Haricots verts**
Brie	Yaourt de chèvre à boire*		Comté**
Fruit frais**	Pancake**	Petits suisses**	Mousse au chocolat**
Lundi 16	Mardi 17 Végé	Jeudi 19	Vendredi 20 Alter
Crackers nature**	Smoothie banane**	Jus de fruit**	Pommes**
Salade	Gaspacho**	Soupe de légumes**	Salade coleslaw**
Calamar à la romaine	Salade de lentilles***	Veau***	Pâtes semi complètes**
Boulgour**	Ratatouille**	Pommes de terre sautées***	à la bolognaise
Emmental	Saint nectaire	Cabécou*	
Compote**	Fruit frais	Marbré**	Fromage blanc au sirop d'érable
Lundi 23	Mardi 24 Végé	Jeudi 26	Vendredi 27 Alter
Yaourt de chèvre à boire*	Jus de fruit**	Lait fraise**	Chocolatines*
Soupe de légumes**	Pois chiche vinaigrette***	Bâtonnet de carotte**	Salade de chou rouge râpé** et pommes**
Colin MSC	Tortellini 3 fromages	Daube de bœuf*	Poulet
Quinoa**	Petits pois**	Purée**	Brocolis**
Camembert**	Brie	Comté	Yaourt aux fruits**
Banana bread**	Fruit frais**	Fruit frais**	

***Local ** Bio *** Bio et local**

Les menus sont tous validés par une diététicienne.

Dans une démarche de qualité et afin de privilégier les produits frais, locaux et de saison, les menus peuvent être amenés à évoluer selon les disponibilités des fournisseurs.

PRODUCTEURS
Agneau: Ferme du Mas del Bos - Cressensac
Bœuf: GAEC Gorce - Estivals
Cabecou: Fromagerie Bigeat - Estivals
Epicerie: Biocoop- Souillac
Légumes secs: William Laval - Jayac
Œufs: GAEC des demois'ailes - Strenquels
Pain et chocolatine: Boulangerie Naudy - Nadaillac
Porc: Gaec des cavadou - Sarrazac
Veau: Ferme du Pilou - Teyssieu
Yaourt à boire: Ferme des Champs bons - Lachapelle A.

Cuisiné à partir de produits bruts ou peu transformés