

## SEMAINE DU 17 AU 21 JANVIER 2022

	LUNDI 17 JANVIER	MARDI 18 JANVIER	MERCREDI 19 JANVIER	JEUDI 20 JANVIER	VENDREDI 21 JANVIER
<u>Entrée</u>	Salade de fruits de mer	Carottes râpées	Artichaut vinaigrette	Salade de risonis aux petits légumes	Taboulé à l'orientale
	Salade de pois cassés	Jambon blanc/beurre	Mini farfalles au pesto vert	Radis	Rosette de LYON
	Concombre à la féta	Salade chinoise	Soja et petits légumes	Wrap de crudités	Méli mélo cinq légumes
	Salade verte composée haricots verts et oignons	Salade verte composée emmental	Salade verte composée au thon	Salade duo de céleri et carottes râpées	Salade verte composée au chèvre
	Pomelos				
<u>Plat principal</u>	Crousty chicken	Quenelles de brochet, sauce nantua	Foie de veau, sauce fourme de Montbrison	Hachis parmentier maison	Colombo de dorade
	Gratin potiron lentilles et quinoa	Steak Maître d'hôtel	Oeufs brouillés aux fines herbes	Brandade de morue	Kébab de dinde rôtie
<u>Accompagnement</u>	Pommes frites allumettes	Haricots beurre persillés	Crozets natures	Poêlée villageoise	Petits pois au jus
	Brocolis vapeur	Riz basmati	Champignons persillés		Pennes aux légumes grillés
<u>Fromage /Laitage</u>	Beaufort	Cantal	Bûche de chèvre	Saint-Nectaire	Camembert
	Assortiment de laitages : yaourts et fromage blanc			Assortiment de laitages : yaourts et fromage blanc	Assortiment de laitages : yaourts et fromage blanc
<u>Dessert</u>	Muffin au chocolat blanc	Mousse chocolat noisettes	Pêche Melba	Tartelette au citron meringuée	Gâteau roulé à la fraise
	Verrine ananas myrtille et spéculos	Gâteau aux noix	Fruit	Brunoise de fruits	Compote individuelle
	Fruit	Fruit		Fruit	Fruit
	Gâteau individuel Fruit de saison				

### MENU CONSEILLE PAR LA DIETETICIENNE :

- 1 crudité (en entrée ou en dessert)
- 1 portion protéidique
- 1 portion en légumes cuits si féculents, ou l'inverse
- 1 produit laitier

Les entrées et plats proposés sont élaborés en cuisine à partir de produits de qualités : fruits et légumes en circuit court, viandes fraîches de la région Auvergne Rhône-Alpes



plat composé entièrement cuisiné avec des produits frais

Le fournisseur,

O. COUTAREL

"Menus conformes au GEMRCN" (version juillet 2015), validés par Nathalie Massit Diététicienne Nutritionniste