

SEMAINE DU 13 au 17 MARS 2023

	LUNDI 13 MARS	MARDI 14 MARS	MERCREDI 15 MARS	JEUDI 16 MARS	VENDREDI 17 MARS
<u>Entrée</u>	Jambon sec	Quinoa en taboulé vert 	Rillettes de maquereaux et toast 		Tartare de courgettes 
	Melon jaune	Salade aux foies de volaille 	Houmous rose 	Maïs aux deux poivrons	Mousse de canard
	Salade Alaska 	Feuilleté hot dog	Carottes râpées citronnées 	Brioche au guacamole 	Pennes du soleil 
	Salade verte composée Féta	Salade verte composée Thon	Salade verte composée Roquefort	Salade verte composée Duo carotte/céleri râpé	Salade verte composée Pomme/raisin
	Pamplemousse				
<u>Plat principal</u>	Haut de cuisse de poulet au cidre 	Jambon grill à la zingaro 	Morue sauce aïoli 	Chili con carne au boeuf 	Filet de poisson blanc à la bordelaise
	Omelette à la ciboulette 	Pané fromage à l'emmental	Goulasch de boeuf 	Chili aux légumes 	Sauté de porc à la moutarde 
<u>Accompagnement</u>	Tortis tricolores	Carottes sautées 	Boulgour au curry 	Riz créole 	Pommes frites allumettes
	Chou-fleur au cheddar 	Gnocchi pôelés	Epinards sauce blanche 	Poêlée texane	Poireaux oloron 
<u>Fromage /Laitage</u>	Beaufort - Kiri	Brie - Emmental	Camembert	Saint- Nectaire - Babybel	Cantal - Tartare ail et fines herbes
	Assortiment de laitages				
<u>Dessert</u>	Moelleux au chocolat 	Salade de fruits exotiques	Brioche au chocolat 	Mantecados 	Charlotte aux pêches 
	Ile flottante au caramel 	Tartelettes au citron meringuée 	Verrine de fromage blanc/compote de pêches/spéculos 	Ananas caramel	Soupe de fraise
	Orange	Kiwi	Melon jaune	Banane	Pomme
	Gâteau individuel Fruit de saison				

MENU CONSEILLE PAR LA DIETETICIENNE :

- 1 crudité (en entrée ou en dessert)
- 1 portion protidique
- 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,

S. ROCHE

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