

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
30	31	01	02	03	04
<b>Légende</b> Menu élaboré par une diététicienne. Origine des viandes : affichage école. * : Contient une légumineuse. ⬜ : FAIT MAISON. MSC : Label pêche durable IGP : indication géographique protégée AOP : appellation d'origine protégée	<b>Allergènes</b> ① Arachides ② Céleri ③ Fruits à coque ④ Crustacés ⑤ Gluten ⑥ Lait ⑦ Lupin ⑧ Mollusques ⑨ Moutarde ⑩ Œuf ⑪ Poisson ⑫ Sésame ⑬ Soja ⑭ Sulfites	<b>FERIE</b>	<b>MENU VIANDE NOBLE</b> Taboulé ⬜ Bio Bœuf bourguinon ⬜ Bio Carottes Vichy ⬜ Bio Yaourt Bio Fruit de saison Bio	Betteraves & <u>fromage</u> ⬜ Bio Pâtes au thon ⬜ Fruit de saison Bio Petit suisse Bio	Tarte aux champignons ⬜ Côte de porc ⬜ VF P. de terre & courge au thym ⬜ Bio Faisselle & coulis de f. rouges Fruit de saison Bio
06	07	08	09	10	11
<b>C'EST LA RENTRÉE</b> Haricots verts vinaigrette Steak haché de bœuf Tortis Bio sce tomate & râpé Compote Fromage Bio	<b>MENU COCOTTE</b> Chou rouge râpé vinaigrette ⬜ Bio Omelette aux p. de terre ⬜ Bio Brocolis à l'ail ⬜ Bio Fromage Bio Fruit de saison Bio	<b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Soupe de lég & fromage (PM) ⬜ Bio Tortellinis ricotta épinards à la crème Fruit de saison Bio Fromage blanc Bio	<b>GALETTE DES ROIS</b> Carottes râpées & <u>fromage</u> ⬜ Bio Veau au miel & thym ⬜ VF Petit pois aux oignons ⬜ Brioche des rois Fruit de saison Bio	Salade verte vinaigrette ⬜ Bio Lasagnes saumon & poireaux ⬜ Bio Crème dessert Bio Fromage Bio	Pâté de campagne & cornichons Filet mignon à l'estragon ⬜ VF Pennes Bio Fromage Bio Fondant au chocolat ⬜
13	14	15	16	17	18
<b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Salade verte vinaigrette ⬜ Bio Hachis parmentier ⬜ Bio (égrené végétal) Yaourt Bio Fruit de saison Bio	<b>LA RECETTE MOUGINOISE</b> Salade coleslaw à la fayonnaise ⬜ Bio Poêlée de courge butternut Bio, allumettes de jambon, chèvre frais & miel ⬜ Chichtron ⬜ Yaourt Bio	Salade verte & <u>fromage</u> ⬜ Bio Sauté de dinde VF sce curry coco ⬜ Riz Camarguais IGP Compote Fromage Bio	<b>C'EST L'APÉRO</b> Rosette/Brie/P. de campagne Sauté de bœuf aux olives ⬜ Bio Gratin de ch-fleur & p.douce ⬜ Bio Fruit de saison Bio Yaourt Bio	Carottes râpées vinaigrette ⬜ Bio Poisson pané Purée de p. de terre & céleri ⬜ Bio Yaourt à la vanille Bio Fruit de saison Bio	Choucroute ⬜ VF Fromage Bio Fruit de saison Bio
20	21	22	23	24	25
<b>MENU VIANDE NOBLE</b> Salade verte vinaigrette ⬜ Bio Rôti de veau aux champignons ⬜ VF Tagliatelles Bio Yaourt Bio Fruit de saison Bio	<b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Soupe de potimarron* ⬜ Bio Raviolis chèvre & ciboulette à la crème Bio Fruit de saison Bio Fromage Bio	Menu Choucroute au FFO. Espace sénior fermé.	<b>JOUR DU COUSCOUS</b> Couscous de poulet ⬜ Bio VF Fromage (PM) Bio Fruit de saison Bio	Carottes râpées & <u>fromage</u> ⬜ Bio Poisson à la provençale ⬜ MSC Haricots verts poêlés Gâteau marbré ⬜ Fromage Bio	Salade d'endive, miel & noix ⬜ Bio Tartiflette ⬜ VF Bio Tarte aux poires, sauce chocolat & chantilly ⬜
27	28	29	30	31	01
Salade verte vinaigrette ⬜ Bio Escalope à la milanaise Patate douce rôtie au four ⬜ Yaourt à la vanille Bio Fruit de saison	Soupe de lég & fromage (PM) ⬜ Bio Spaghetti à la bolognaise Bio & fromage râpé ⬜ Fruit de saison Bio Yaourt	<b>NOUVEL AN LUNAIRE</b> Chou chinois & <u>fromage</u> ⬜ Bio Bœuf à l'asiatique ⬜ Bio Riz Camarguais IGP Compote Bio Fromage Bio	<b>MENU COCOTTE</b> Taboulé ⬜ Bio Omelette au fromage ⬜ Courge persillée ⬜ Bio Fruit de saison Bio Petit suisse Bio	Salade verte & <u>fromage</u> ⬜ Bio Brandade de poisson à la carotte ⬜ MSC Bio Fruit de saison Bio Yaourt Bio	Février