

Semaine 13

**Lundi**



**Mardi**

Repas bio végétarien



**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

Mélange coleslaw

Saucisse\* de Toulouse

Purée de pommes de terre

Yaourt sucré

Cake

Salade verte bio

Raviolis bio farcis épinards sauce tomate

Suisse aux fruits bio

Madeleine bio

Cake salé au thon du chef

Cordon bleu

Haricots beurre persillés

Tartare nature

Fruit

Céleri vinaigrette

Filet de poulet sauce basquaise

Semoule

Camembert

Mousse au chocolat

Betteraves en salade

Papillote de poisson

Riz à la tomate

Edam

Fruit

Les groupes d'aliments



Repas de substitution :

- Lundi : Poisson pané
- Mercredi : Aiguillettes de saumon
- Jeudi : Omelette sauce tomate

Repas sans porc :

- Lundi : Poisson pané

Présence de porc signalée par \*

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit de saison
- Produit local
- Dessert du chef



Mardi 26 mars, c'est la journée internationale des EPINARDS !!



Nous connaissons bien sûr tous, les épinards de Popeye. Ce héros du dessin animé qui est en mesure d'affronter le monde entier après une boîte d'épinards. Et il y a du vrai. Car les épinards contiennent beaucoup de fer, ce qui est bon pour votre sang et votre énergie. Mais les vitamines

A, C, K, B et E sont également abondantes,

sans parler du magnésium, du calcium et des fibres.

Mardi, tu pourras faire le plein d'énergie en consommant des raviolis farcis aux épinards.

Choix de la semaine

- Entrée : Potage de légumes
- Légume : Purée de petits pois



Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif

Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques. Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires, qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement.