



Menu - Octobre 2025

Du 29 septembre au 3 octobre	Lundi 29 	Mardi 30	Jeudi 2	Vendredi 3
Entrée	Vache-qui-rit	Soja & maïs vinaigrette	 Chou blanc en salade	 Melon
Plat protidique	Bolognaise de soja	Poissonnette	Pilons de poulet	Pimentade de thon
Accompagnement	Spaghettis au fromage	Poêlée campagnarde	Haricots blancs à la tomate	Patate douce
Dessert	Pomme	 Yaourt nature sucré	Barre de céréales	 Floup au lait

Du 6 au 10	Lundi 6	Mardi 7	Jeudi 9 	Vendredi 10
Entrée	Saucisson & cornichon	Sardines	Ananas	 Salade de chou
Plat protidique	Filet de colin	Steak haché de veau	Tarte aux 3 fromages	Emincé de bœuf
Accompagnement	Pommes de terre persillées	Tortis au fromage	Printanière de légumes	Banane jaune
Dessert	 Ile au caramel	Mandarine	 Fromage blanc sucré	 Yaourt aux fruits

Du 13 au 17	Lundi 13	Mardi 14	Jeudi 16 	Vendredi 17
Entrée	Fromage petit moulé-Biscuit salé	Thon & maïs vinaigrette	 Tomate en salade	Salade coleslaw
Plat protidique	Fricassée de volaille	Jambon	Lasagnes végétariennes	 Dorade sauce chien
Accompagnement	Riz aux petits légumes	Migan de fruit à pain		Carreaux de fruit à pain Lentilles
Dessert	Pomme	 Flan caramel	 Yop à boire	Mousse dolce vita



circuit court produit local non labellisé



circuit court produit local labellisé



agriculture biologique



menu végétarien

Allergènes - présence possible dans nos menus de :

- Céréale contenant du gluten
- Crustacé, œuf, poisson, mollusque
- Arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, sésame, moutarde, lupin
- Anhydride sulfureux et sulfites

Changement de menu :

En fonction de l'approvisionnement et de la saisonnalité, nos menus sont susceptibles de subir des changements.



semaine du goût

Le fruit à pain à l'honneur

Saviez-vous que le Fruit à Pain est un légume, mais également un fruit ?

Deux périodes de récolte dans l'année : de décembre à février et de juin à septembre

Riche en fibres : favorise la digestion

Riche en amidon : source d'énergie essentielle pour le corps

Source de potassium : bon pour la pression artérielle

L'arbre à pain est appelé uru en Polynésie, dont il est originaire.

Source : PARM



L'AVENIR SE NOURRIT AU PRÉSENT