

JANVIER 2024 *Épiphanie*



Lundi 08/01/24	Mardi 09/01/24	Jeudi 11/01/24	Vendredi 12/01/24
Betterave vinaigrette Sauté de bœuf Sauce bourguignonne Carotte en rondelle Pâtes torti nature Flan caramel	Salade coleslaw Filet de dorade Sauce pimentade Haricots rouges Dombres Yaourt nature sucré	Mandarine Boulettes d'agneau Sauce couscous Légumes couscous Semoule Galette des Rois	Laitue & dés de fromage Steak haché végétal Sauce forestière Pâte tagliatelle Yop vanille

Lundi 15/01/24	Mardi 16/01/24	Jeudi 18/01/24	Vendredi 19/01/24
Chou pommé en salade Cordon bleu de volaille Petits pois Carotte Raisin	Œuf dur mayonnaise Dhal de lentilles «maison» Sauce curry Igname Yop vanille	Tomate en salade Sauté de porc Sauce colombo Aubergine, courgette, pdt Riz Samos & biscuit salé	Concombre à la bulgare Morue Sauce chien Oignon Ti-nain Compote de pomme

Lundi 22/01/24	Mardi 23/01/24	Jeudi 25/01/24	Vendredi 26/01/24
Thon mayonnaise Paupiette de veau Sauce tomate Ratatouille Semoule Yopi au chocolat	Coupelle de pâté Haut de cuisse de poulet dans son jus Pâtes penne Emmental râpé Pomme golden	Melon Boulette végétale sauce tomate Tomate en dés Pâtes spaghetti Yop vanille	Pastèque Filet de marlin Sauce créole Giraumon Riz Petit pot vanille

Lundi 29/01/24	Mardi 30/01/24
Macédoine mayonnaise Chili végétarien «maison» Haricots rouges Banane jaune Yop vanille	Saucisson à l'ail Brochette de poisson Sauce au citron Poêlée de légumes Pomme-de-terre vapeur Mousse au chocolat



Le DHAL
UN PLAT INDIEN
végétarien
à base de LENTILLES



- Patate douce
- Dachine
- Tomate

Janvier

LÉGUMES | betterave, carotte, céleri, champignon de Paris, chou, chou de Bruxelles, chou-fleur, courge, cresson, endive, épinard, mâche, navet, oignon, panais, poireau, potiron, salsifis, topinambour
FRUITS | citron, clémentine, kaki, kiwi, mandarine, orange, poire, pomme



Symbolis :

 Circuit court :
 produit local Martinique non labellisé
 Circuit court :
 produit local Martinique labellisé
 Agriculture biologique
 Menu végétarien

Origine viande = UE Union Européenne :
 • Espagne
 • France
 • Irlande du Nord
 • Italie
Origine viande = UE 972
 • Martinique

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.
 Les produits de remplacement seront de même équivalence nutritionnelle.