

Menus de janvier 2023

Semaine du 03 au 06 Janvier 2023							
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.							
	Local	BIO	RUP	IGP	Repas Végétarien	Origine viande	
NOUS VOUS SOUHAITONS UNE BONNE ANNEE 2023							
Mardi							
Entrée	Carotte râpée						
Plat protidique	Couscous boulette agneau & merguez						UE
Garniture	Semoule & légumes						
Dessert	Fromage fondu à tartiner						
Jeudi							
Entrée	Chou blanc en salade						
Plat protidique	Bolognaise végétarienne						
Garniture	Légumes & boulettes de soja, spaghetti & fromage						
Dessert	Gâteau à la cannelle						
Vendredi							
Entrée	Oeuf dur mayonnaise						
Plat protidique	Émincé de poulet sauce miel						UE
Garniture	Banane jaune						
Dessert	Galette des rois						

Semaine du 09 au 13 janvier 2023							
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.							
	Local	BIO	RUP	IGP	Repas Végétarien	Origine viande	
Lundi							
Entrée	Salade de papaye verte						
Plat protidique	Court-bouillon de marlin						
Garniture	Riz aux petits légumes						
Dessert	Yaourt goyave						
Mardi							
Entrée	Tomate vinaigrette						
Plat protidique	Boeuf de bourguignon						UE 972
Garniture	Pâtes farfalle						
Dessert	Flan chocolat						
Jeudi							
Entrée	Macédoine mayonnaise						
Plat protidique	Pimentade de dorade						
Garniture	H. rouges à la créole & riz						
Dessert	Emmental						
Vendredi							
Entrée	Fromage fondu à tartiner						
Plat protidique	Poulet rôti au jus						UE 972
Garniture	Printanière de légumes						
Dessert	Orange						

Semaine du 16 au 20 janvier 2023							
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.							
	Local	BIO	RUP	IGP	Repas Végétarien	Origine viande	
Lundi							
Entrée	Betterave vinaigrette						
Plat protidique	Couscous boulette agneau & merguez						UE
Garniture	Semoule & légumes						
Dessert	Flan coco						
Mardi							
Entrée	Salade coleslaw						
Plat protidique	Cordon bleu de volaille au fromage						UE
Garniture	Petits pois & carottes						
Dessert	Pomme golden						
Jeudi							
Entrée	Salade verte vinaigrette						
Plat protidique	Steak protéines végétales toastinette Pain hamburger						
Garniture	P-de terre sautées						
Dessert	Madeleine nature						
Vendredi							
Entrée	Concombre vinaigrette						
Plat protidique	Colombo de porc (*)						UE 972
Garniture	Riz créole						
Dessert	Yaourt nature sucré						

Semaine du 23 au 27 janvier 2023							
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.							
	Local	BIO	RUP	IGP	Repas Végétarien	Origine viande	
Lundi							
Entrée	Soja & maïs vinaigrette						
Plat protidique	Chiquetaille de poisson sauce oignon						
Garniture	Ti-nain						
Dessert	Floup au lait						
Mardi							
Entrée	Carotte râpée vinaigrette						
Plat protidique	Émincé de poulet sauce forestière						UE
Garniture	H.verts persillés						
Dessert	Yaourt panier fruits rouges						
Jeudi							
Entrée	Salade verte vinaigrette						
Plat protidique	Poulet rôti sauce créole						UE 972
Garniture	Pâtes penne au fromage						
Dessert	Raisin rosé						
Vendredi							
Entrée	Pastèque						
Plat protidique	Paupiette de veau						UE
Garniture	Poêlée forestière						
Dessert	Banane						

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.

Symboles :

- Circuit court : produit local non labellisé
- Circuit court : produit local 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.

Code «couleurs» :

- Crudité, fruit frais
- Protéine animale (viande, poisson œuf)
- Légume vert, cuit ou fruit cuit
- Féculent, céréale, légumineuse
- Produit laitier
- Produit sucré
- Entrée +15% lipide

Menus de janvier & février 2023

Semaine du 30 janvier au 03 février 2023						
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.						
	Local	BIO	RUP	IGP	Repas Végétarien	Origine viande
Lundi						
Entrée	Achard de légumes					
Plat protidique	Filet de dorade sauce créole					
Garniture	Riz aux petits légumes					
Dessert	Flan vanille nappé caramel					
Mardi						
Entrée	Melon					
Plat protidique	Bolognaise végétarienne "maison"					
Garniture	Légumes & boulettes de soja, spaghetti & fromage					
Dessert	Compote de pomme					
Jeudi						
Entrée	Œuf dur mayonnaise					
Plat protidique	Ragoût de porc (*)					UE 972
Garniture	Banane jaune					
Dessert	Crêpe & confiture goyave					
Vendredi						
Entrée	Thon & maïs mayonnaise					
Plat protidique	Brandade de poisson					
Garniture	P-de-terre béchamel					
Dessert	Yaourt litchi					

Semaine du 06 au 10 février 2023						
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.						
	Local	BIO	RUP	IGP	Repas Végétarien	Origine viande
Lundi						
Entrée	Carotte râpée					
Plat protidique	Sauté de dinde sauce colombo					UE
Garniture	Riz créole					
Dessert	Yaourt panier mixé pina colada					
Mardi						
Entrée	Chou blanc vinaigrette					
Plat protidique	Rougail de saucisse fumée de porc (*)					UE 972
Garniture	Lentilles & carottes					
Dessert	Vache qui Rit					
Jeudi						
Entrée	Tomate & maïs vinaigrette					
Plat protidique	Poulet au jus					UE 972
Garniture	Printanière de légumes					
Dessert	Flan vanille					
Vendredi						
Entrée	Concombre vinaigrette					
Plat protidique	Chili con carne: viande hachée de boeuf					UE
Garniture	Riz & haricots rouges					
Dessert	Yaourt fraise					

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.

Symboles :

	Circuit court : produit local non labellisé
	Circuit court : produit local 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.

Code «couleurs» :

- Crudité, fruit frais
- Protéine animale (viande, poisson œuf)
- Légume vert, cuit ou fruit cuit
- Féculent, céréale, légumineuse
- Produit laitier
- Produit sucré
- Entrée +15% lipide