

Menus d'octobre 2022

Semaine du 03 au 07 octobre 2022						
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.		Local	BIO	RUP	IGP	Régime Végétarien
Entrée	Achard de légumes					
Plat protidique	Bolognaise végétarienne "maison"					
Garniture	Légumes & boulettes de soja, spaghetti & fromage					
Dessert	Compote de pomme					
Mardi						
Entrée	Melon					
Plat protidique	Ragoût de porc (*)					UE 972
Garniture	Banane jaune					
Dessert	Samos					
Jeudi						
Entrée	Œuf dur mayonnaise					
Plat protidique	Brandade de poisson					
Garniture	Pomme-de-terre béchamel					
Dessert	Yaourt aux litchis					
Vendredi						
Entrée	Thon & maïs mayonnaise					
Plat protidique	Sauté de dinde sauce colombo					UE
Garniture	Riz créole					
Dessert	Yaourt panier mixé pina colada					

Semaine du 10 au 14 octobre 2022						
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.		Local	BIO	RUP	IGP	Régime Végétarien
Entrée	Carotte râpée vinaigrette					
Plat protidique	Rougail de saucisse fumée de porc (*)					UE 972
Garniture	Lentilles à la créole					
Dessert	Vache qui Rit & biscuit salé					
Mardi						
Entrée	Chou blanc vinaigrette					
Plat protidique	Rôti de dinde sauce forestière					UE
Garniture	Printanière de légumes					
Dessert	Flan vanille					
Jeudi						
Entrée	Tomate & maïs en salade					
Plat protidique	Chili con carne "maison" Viande hachée de bœuf					UE
Garniture	Haricots rouges / riz					
Dessert	Yaourt fraise					
Vendredi						
Entrée	Concombre vinaigrette					
Plat protidique	Filet de marlin sauce curry					
Garniture	Dachine					
Dessert	Crêpe locale & confiture de goyave					

Semaine du 17 au 21 octobre 2022						
(*) de volaille en substitution du porc Les assaisonnements, vinaigrettes entre autres, sont faits maison.		Local	BIO	RUP	IGP	Régime Végétarien
Entrée	Papaye verte en salade					
Plat protidique	Saucisses chipolata de porc (*) grillées					UE 972
Garniture	Haricots blancs					
Dessert	Flan coco nappé caramel					
Mardi						
Entrée	Pâté de campagne					
Plat protidique	Poulet rôti au jus					UE 972
Garniture	Purée de giraumon					
Dessert	Ananas frais					
Jeudi						
Entrée	Salade verte vinaigrette					
Plat protidique	Viande hachée de bœuf sauce bolognaise					UE 972
Garniture	Pâtes lasagne gratinées au fromage					
Dessert	Compote de pomme					
Vendredi						
Entrée	Melon					
Plat protidique	Pavé de colin sauce créole					
Garniture	Ratatouille / Boulgour					
Dessert	Yaourt panier mixé goyave					

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