

MENUS '4 SAISONS' | DU 30 août 2021 AU 22 octobre 2021

Menu Chapareillan

	Du 30 août AU 03 septembre	Du 06 septembre AU 10 septembre	Du 13 septembre AU 17 septembre	Du 20 septembre AU 24 septembre
lundi		B Taboulé BIO Quenelles BIO sauce blanche Epinards BIO à la crème Yaourt nature BIO et local Fruit BIO	Betteraves BIO en salade B Aiguillettes de poulet label rouge au thym Purée 3 légumes (carottes, courgettes, navets) Bûche du Pilat de Pélussin Fruit de saison	Repas végétarien Macédoine vinaigrette Chili sans viande ** (riz pour chili) Bûchette mélange Fruit de saison BIO B
mardi		Melon Sauté de volaille label rouge aux olives Semoule Fromage blanc nature BIO B Abricots au sirop	Salade verte Légumerie d'ici Boulettes de bœuf à la provençale Petits pois BIO au jus B Saint Nectaire AOP Fruit de saison	Concombres en salade Légumerie d'ici Cordon bleu Poêlée de légumes (carottes, haricots verts...) Petit suisse aromatisé BIO B Tarte au flan
jeudi	Tomates BIO croq'sel B Tortellini épinards sauce provençale** Repas végétarien Gouda Compote de pommes (ind)	Courgettes râpées en salade Légumerie d'ici Repas végétarien Bolognaise BIO végétale B Macaronis Emmental Fruit de saison	Crêpe au fromage Dos de colin sauce citron Chou fleur béchamel Yaourt nature Fruit de saison BIO B	Salade verte BIO vinaigrette Légumerie d'ici B Filet de poulet label rouge façon Gaston Gérard Ecrasé de pommes de terre fraîches Faisselle Compote de pommes cassis (ind) LE MARCHÉ DE MON FERMIER EN BOURGOGNE
vendredi	Carottes râpées Légumerie d'ici Sauté de veau marengo Riz BIO créole B Yaourt aromatisé Fruit de saison	Salade de tomates Légumerie d'ici Filet de poisson sauce curry Lentilles BIO au jus Camembert Crème pralinée (ind) B	Céleri BIO vinaigrette Légumerie d'ici Omelette nature Ratatouille Légumerie d'ici Repas végétarien Fraidou Gâteau du chef au yaourt	B Salade de boulghour BIO Steak végétal BIO Courgettes BIO basquaises Vache qui rit BIO Fruit BIO de saison
	Du 27 septembre AU 01 octobre	Du 04 octobre AU 08 octobre	Du 11 octobre AU 15 octobre	Du 18 octobre AU 22 octobre
lundi	Salade de choux fleurs Filet de colin sauce ciboulette Pommes vapeur Yaourt BIO à la vanille B Fruit de saison	B Carottes râpées BIO Emincé de volaille BIO au jus Purée de pommes de terre BIO Fromage blanc nature BIO Crème dessert BIO	SEMAINE DU GOÛT Salade de maïs au curry Calamars à la romaine sauce tartare Carottes fraîches sautées au cumin Légumerie d'ici Fromage ail et fines herbes Fruit BIO de saison B	Salade de blé BIO B Filet de poulet Label rouge sauce aux poivrons Haricots verts persillés Petit suisse aromatisé Fruit de saison
mardi	Salade de pâtes tricolores Quenelles locales sauce aurore Epinards hachés et croûtons Repas végétarien Cantal AOP Fruit de saison BIO B	Salade Coleslaw Légumerie d'ici Sauté de bœuf aux oignons Macaroni BIO Fromage les fripons Compote de pommes bananes (ind)	Céleri râpé aux épices Légumerie d'ici Macaronis carbonara***/ carbonara de volaille** Verchicors BIO Laiterie Mont Aiguille B Crème caramel (ind)	Salade verte Légumerie d'ici Quenelles BIO de Saint Jean sauce aurore B Repas végétarien Légumes façon wok Mimolette Riz au lait nappé caramel (ind)
jeudi	Taboulé BIO B Nugget's de volaille Ratatouille Légumerie d'ici Vache Picon Fruit de saison	Potage BIO Crecy (carotte) Légumerie d'ici Ravioli épinards sauce verte** Repas végétarien Saint Nectaire AOP Fruit de saison	Salade de tomates au basilic Tajine de poulet label rouge aux 4 épices Semoule BIO safranée B Gouda au cumin Liégeois vanille (ind)	B Macédoine de légumes BIO Boulettes de lentilles BIO sauce curry Polenta BIO Camembert BIO Fruit BIO de saison
vendredi	Salade verte Légumerie d'ici Paupiette de veau au jus Haricots verts BIO persillés Petit suisse sucré Gâteau du chef aux pêches	Betterave BIO en salade Brandade de poisson du chef** Velouté nature Fruit de saison	Salade de concombre ciboulette Légumerie d'ici Curry de légumes et pois chiches (Massala) Repas végétarien Riz aux petits légumes Yaourt aromatisé BIO et Local B Tarte au citron	Velouté de légumes BIO Légumerie d'ici B Moussaka ** P'tit cottentin nature Beignet au chocolat